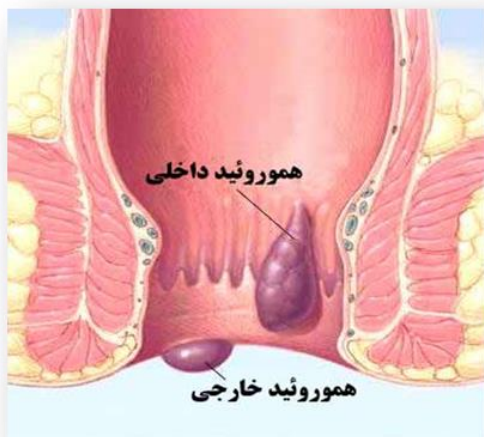


بیماران سیدالشهدا (ع) فارسان



بیمار گرامی:

**پمفلتی که در دست دارید حاوی اطلاعات ضروری در خصوص
بیماری فعلی شما و چگونگی روند درمان و مراقبت آن می باشد.**

هموروئید

**تهیه و تنظیم: سوپر وایزر آموزش کارکنان
ویرایش: خرداد ۱۴۰۲**

کد پمفلت: HEP- IQF ۱۸۹

در صورت داشتن اضافه وزن برای کاهش وزن اقدام
نمایید.

خونریزی بعد از عمل به صورت قطره قطره طبیعی است.

بعد از عمل در صورت داشتن عوارضی مثل خونریزی
فراوان از مقعد، دفع ترشحات چرکی، داشتن تب و
یبوست شدید به پزشک مراجعه کنید.

منابع: کتاب داخلی جراحی برونر و سودارث- راهنمای
بالینی پرستاری

با آرزوی بهبودی و سلامت روز افزون

با آرزوی بهبودی و سلامتی روز افزون

تلفن ۳-۳۳۲۲۷۳۳۱

برای پیشگیری از یبوست از رژیم پر فیبر (سرشار از میوه و
سبزی) استفاده کنید زیرا رژیم پرباقیمانده که حاوی فیبر
است باعث افزایش حجم مدفوع شده و از زور زدن جلوگیری
می نماید.

حداقل ۸ لیوان آب در روز استفاده نمایید.

از نشستن و ایستادن طولانی مدت خودداری کنید زیرا
باعث فشار آمدن به رگ ها می شود. اگر کارتان طوری است
که باید برای مدت طولانی بنشینید حتما هر از چند گاهی
از جای خود بلند شوید و قدم بزنید.

از زور زدن در هنگام دفع مدفوع خودداری کنید.

توصیه می شود در ساعت معینی از روز مثلا پس از صبحانه
اجابت مزاج انجام شود.

فعالیت بدنی سبک و منظم مثل پیاده روی باعث کاهش
فشار بر رگ ها شده و به علاوه احتمال یبوست را کاهش می
دهد.

قبل از ترخیص بعد از نشستن در لگن آب گرم گاز محل
عمل خارج می شود.

در تاریخ تعیین شده جهت ویزیت پزشک مراجعه کنید.

هموروئید :

هموروئید(بواسیر) در واقع وریدهای(سیاهرگ) متسع شده در کانال مقعد هستند. در سن ۵۰ سالگی ۵۰٪ افراد به درجاتی دچار این بیماری می شوند. هموروئید به دو نوع داخلی و خارجی تقسیم می شوند. آنهایی که در داخل مقعد هستند را داخلی و آنهایی که در خارج مقعد و پوست اطراف مقعد هستند را خارجی گویند.

علائم همراه با هموروئید:

هموروئیدها سبب خارش و درد می شوند و شایعترین علت خونریزی قرمز روشن همراه با اجابت مزاج هستند. هموروئیدهای خارجی با درد همراه هستند. هموروئیدهای داخلی معمولاً دردناک نیستند مگر اینکه خونریزی دهند یا در اثر بزرگ شدن بیرون زده شوند.

نشانه ها و ناراحتی های ناشی از هموروئید با رعایت بهداشت فردی خوب و پرهیز از زور زدن در هنگام اجابت مزاج تسکین می یابند.

عوامل مستعد کننده:

یبوست

حاملگی

زور زدن هنگام دفع مدفوع

نشستن به مدت طولانی

استعداد خانوادگی

افزایش فشار سیاهرگ داخل شکمی

درمان:

استفاده از رژیم غذایی پرفیبر، استفاده از ملین ها طبق دستور پزشک

استراحت در بستر جهت فروکش کردن علائم

نشستن در لگن آب گرم

استفاده از پماد و شیاف های حاوی مواد بی حس کننده

استفاده از روش های جراحی

آموزش های بعد از عمل:

بعد از انتقال به بخش بعد از هوشیاری کامل و نداشتن تهوع با اجازه پزشک معالج می توانید مصرف مایعات را شروع کنید. در صورت تحمل مایعات به تدریج می توانید از سایر مواد غذایی استفاده کنید.

موقع خروج از تخت بعد از عمل جراحی ابتدا پاهای خود را از تخت آویزان کرده و سپس در صورت نداشتن سرگیجه با کمک همراه از تخت خارج شوید.

به پهلوها و یا شکم بخوابید و مرتب در تخت تغییر وضعیت دهید.

از چند ساعت بعد از عمل طبق دستور پزشک تا ۲-۱ هفته بعد از عمل روزانه ۴-۳ بار در لگن آب گرم بنشینید.

لازم است تا در صورت احساس دفع، فوراً اجابت مزاج نمایید زیرا به تاخیر انداختن عمل دفع باعث خشک و سفت شدن مدفوع و دفع دشوار می شود.

بعد از دفع مقعد را به خوبی شسته و خشک کنید و از کشیدن دستمال روی مقعد خودداری نمایید.

داروهای تجویزی طبق دستور پزشک را مصرف کنید

از داروهای مسهل و ملین فقط در صورت تجویز پزشک استفاده نمایید.

برای نرم کردن مدفوع می توان از روغن زیتون و خاک شیر استفاده کرد.