

بواسیر (هموروئید) به سه علت ایجاد می‌شود:

1: زور زدن بیش از حد

2: افزایش فشار داخلی شکمی

3: مدفوع سفت

برای جلوگیری از هموروئید چه باید کرد؟

1: مصرف روزانه آب به میزان لازم که نرمال آن 8 لیوان است وقتی آب لازم به بدن برسد مدفوع خشک و متراکم نمی‌شود در نتیجه زمان دفع فشار کمتری به انتهای روده می‌آید همین امر از بروز بواسیر جلوگیری می‌کند.

2: برای جلوگیری از بواسیر می‌توانید مصرف روزانه میوه و سبزی را در سبد غذایی خود بگنجانید. وقتی میوه و سبزی جات مصرف می‌کنید حرکت غذا داخل روده سریع و روانتر می‌شود و در نتیجه یبوست و متراکم شدن مدفوع رخ نمی‌دهد.

3: چاقی هم می‌تواند علت هموروئید باشد افراد چاق کم تحرک می‌شوند در نتیجه حرکات روده سرعت کمتری خواهند داشت. اصولاً افراد چاق بیشتر درگیر یبوست هستند و همین امر بواسیر را بزرگ و ملتهب می‌کند. پس اگر چاق هستید هرچه سریعتر وزن خود را کاهش دهید. روده را تحت فشار قرار می‌دهد. لذا برای جلوگیری از هموروئید از بلند کردن اجسام سنگین پرهیز کنید.

5: دیگر علت بواسیر تحرک کم و زندگی ماشینی است که همین امر باعث کم کاری دستگاه گوارش می‌شود. شما باید در طی روز ساعتی را به ورزش کردن سبک و یا هوازی اختصاص دهید.

بیماری بواسیر (هموروئید) چیست؟

بواسیر ها بالشتک‌هایی از بافت زیر مخاطی، حاوی شریانچه‌ها و فیبرهای عضله صاف و وریدهای کوچک هستند که در کانال آنال قرار دارند سه بالشتک هموروئیدی در موقعیت (چپ و جانبی) (راست و قدامی) (راست و خلفی) یافت می‌شوند. هموروئیدها بخشی از مکانیسم کنترل دفع هستند و یک قسمت طبیعی از آنورکتال می‌باشد. به همین دلیل فقط زمانی که بواسیر علامت دار شود نیاز به درمان پیدا می‌کند. به زبان ساده به اتساع و گشاد شدن زیاد سیاهرگ‌ها در انتهای کانال آنال و مقعد، بیماری بواسیر گفته می‌شود.



بیمارستان امام حسین (ع) ارزوئیه

هموروئید



واحد آموزش

زمستان 1401

مراقبت بعد از جراحی هموروئید

از روز بعد از عمل جراحی روزی ۲-۳ بار در لگن آب گرم بنشینید. آب باید گرم باشد. بیمار باید محل عمل هموروئید را در لگن آب گرم باز و بسته کند تا از ایجاد عفونت و آبسه جلوگیری شود. چنانچه بیمار مبتلا به هموروئید برای نشستن در لگن آب گرم مشکل دارد می تواند طبق تصویر زیر از توالت فرنگی استفاده کند به طوری که لگنی کوچک را بر روی توالت فرنگی قرار داده و از ثابت بودن آن مطمئن شوید سپس بر روی آن بنشینید.



بعد از عمل جراحی هموروئید داشتن چند قطره خون ریزی هنگام اجابت مزاج در هنگام خشک کردن ناحیه طبیعی می باشد، اما اگر این خون ریزی بعد از یک ماه ادامه پیدا کند حتماً باید روده ی بزرگ جهت علت خون ریزی بررسی شده و کولونوسکوپی انجام شود

مطور نشستن در لگن آب گرم به بهبود شقاق و هموروئید کمک می کند



فیشتر و هموروئید در نامیه کانال مقعد ایجاد می شود که معمولا همراه با فونریزی، التهاب، و سوزش می باشند

آب گرم زخم و نامیه را تمیز می کند فونرسانی به نامیه افزایش می یابد کرمیم زخم با سرعت بیشتری انجام می شود

در صورت داشتن هر گونه سوال با شماره 03442481862

بخش بستری تماس بگیرید