

## آموزش های بعد از عمل

- وقتی به بخش منتقل شدید نباید از راه دهان چیزی بخورید؛ بعد از هوشیاری کامل و در صورت عدم تهوع با اجازه پزشک می‌توانید مصرف مایعات را شروع کنید. در صورت تحمل مایعات، کم‌کم سایر مواد غذایی برای شما آغاز خواهد شد.
- به پهلو بخوابید، به طور مرتب تغییر وضعیت داده و هر ساعت یک ربع به روی شکم قرارگیرید
- وقتی که به شما اجازه داده شد بستر را ترک کنید، ابتدا بر لبه تخت بنشینید و پاهای خود را آویزان کنید، و در صورتی که سرگیجه نداشتید با همراهی کمک پرستار از بستر خود خارج شده و قدم بزنید.

## مراقبت در منزل

- توصیه میشود از ۱۲ ساعت بعد از عمل روزانه ۳ الی ۴ بار در لگن آب گرم بنشینید و این عمل را به مدت ۱ الی ۲ هفته ادامه دهید . به محض داشتن احساس دفع ، اجابت مزاج انجام دهید . بعد از اجابت مزاج ، مقعد را به خوبی شستشو داده و با دستمال کاغذی نرم خشک کنید.

- خونریزی به صورت قطره قطره بعد از انجام دفع طبیعی است.
- درد و ناراحتی شما به هنگام دفع معمولاً بعد از دو هفته برطرف می‌شود، در این مدت می‌توانید جهت کنترل درد از مسکن تجویز شده توسط پزشک استفاده نمایید
- آنتی بیوتیک‌های تجویز شده توسط پزشک را سر وقت و به طور کامل مصرف کنید
- در صورتی که اضافه وزن دارید، وزن خود را کاهش دهید.

## رژیم غذایی

- برای کاهش یبوست توصیه می‌شود که از رژیم غذایی پرفیبر (میوه و سبزیجات) استفاده کنید .
- مایعات فراوان (۸ لیوان در روز) بنوشید.
- توصیه می‌شود که از غلات کامل (مانند نان سبوس دار) ، حبوبات ، سبزیجات ، میوه‌ها به همراه پوست و آجیل استفاده نمایید.
- توصیه می‌شود، در صورت بروز عوارض بعد از عمل مثل خونریزی از مقعد ، ترشحات چرکی ، تب و یبوست ، به پزشک مراجعه کنید.

## منابع

- سیستم گوارش، برونر و سودارث، ویراست سیزدهم، 2014
- گوارش، DRS داخلی جراحی، سمیه غفاری، ویراست سوم، 1397

## بیمارستان

## حضرت امیرالمومنین علی (ع)

## مراغه

## موضوع:

## هموروئید کتومی (عمل جراحی بواسیر)



## تهیه و تنظیم:

واحد آموزش، پیشگیری و ارتقا سلامت

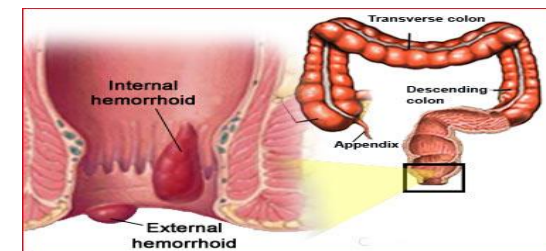
بهار 1400

## هموروئید ( بواسیر ) چیست ؟

هموروئید به برجسته و پر خون شدن سیاهرگ‌های کانال مقعدی به هنگام اجابت مزاج گفته می‌شود.

### علت ایجاد هموروئید

هموروئید به دلیل افزایش فشار داخل شکمی به هر علت از جمله یبوست و زور زدن بیش از حد هنگام اجابت مزاج به وجود می‌آید و در حاملگی شایع است.



### علائم یا نشانه‌های بیماری

خونریزی به همراه دفع مدفوع یا بعد از دفع کامل به شکل قطره قطره، درد و سوزش، اشکال در دفع و بیرون زدگی مخاط ناحیه مقعد.

### چه عواملی باعث ایجاد هموروئید می‌شوند؟

یبوست مزمن ، اسهال مزمن ، زور زدن بیش از حد در موقع اجابت مزاج ، نشستن طولانی مدت در توالت ، افزایش سن ، عوامل ارثی ، حاملگی ، کم‌تحركی ، مصرف غذاهای کم فیبر و عدم استفاده

از میوه‌جات و سبزیجات، مصرف نکردن مایعات و آب به اندازه کافی و ...

### روش های پیشگیری از هموروئید

با پیدایش تمایل برای دفع، به توالت رفته و بدون عجله عمل دفع را انجام دهید؛ زیرا به تاخیر انداختن عمل دفع باعث خشک و سفت شدن مدفوع می‌گردد و دفع آن بسیار دشوار خواهد شد

از نشستن و زور زدن‌های طولانی موقع اجابت مزاج خودداری کنید. یعنی بعد از 3 دقیقه نشستن در توالت اگر عمل دفع انجام نشد، حتما بلند شده و حرکت نمایید و در صورت داشتن احساس دفع ، مجددا در توالت بنشینید.

به مدت طولانی ننشینید و نایستید. نشستن و ایستادن طولانی به رگ‌ها فشار وارد می‌کند. اگر کارتان طوری است که باید برای مدت طولانی بنشینید، حتما هر از چند گاهی بلند شده و قدم بزنید.

ورزش کنید، فعالیت بدنی سبک و منظم مانند پیاده روی باعث کاهش فشار وارد بر رگ‌ها شده و احتمال یبوست را کاهش می‌دهد.

### درمان

اسهال مزمن و یبوست مزمن بایستی به علت مهمترین عوامل ایجاد هموروئید درمان شوند.

استفاده از ملین های جاذب آب، حمام ، استفاده از پماد و شیاف حاوی مواد بی حس کننده و استراحت جهت رفع گشادی و پر خونی رگ ها نیز طبق دستور پزشک معالج توصیه می‌گردد.

در مراحل اولیه بیماری ، درمان می‌تواند بصورت سرپایی و به روش غیر جراحی انجام شود و در غیر این صورت درمان جراحی برای برداشتن هموروئید انجام می‌گردد.

### آموزش‌های قبل از عمل

از چند روز قبل از عمل از رژیم غذایی سبک همراه با مایعات فراوان استفاده کنید.

8 الی 10 ساعت قبل از عمل ناشتا باشید.

شب قبل از عمل برای کاهش آلودگی لازم است موهای ناحیه عمل تراشیده شده و استحمام گردد.

قبل از رفتن به اتاق عمل بایستی زیورآلات، اجسام فلزی، گیره‌ی سر، لنز و دندان مصنوعی خارج گردند.

تمامی لباسهای شخصی درآورده شده و لباس بیمارستان پوشیده شود.

قبل از رفتن به اتاق عمل حتما ادرار تخلیه شود.