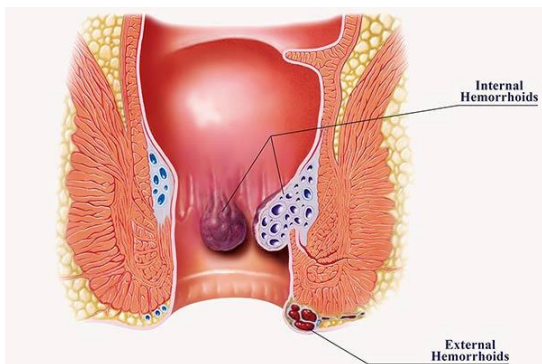




دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی کرمان

بیمارستان شهید بهشتی قروه

## آموزش به بیمار با موضوع : هموروئید



### تهیه کنندگان : گروه آموزش به بیمار

تأیید کننده علمی : آقای دکتر رامین عظیمی  
(متخصص جراحی عمومی)

سال ۱۴۰۱

### دارو :

طبق دستور پزشک جهت تسکین درد ، داروهای ضد درد تجویز می شود .

ز پماد آنتی هموروئید یا شیاف آن پس از اجابت مزاج طبق دستور پزشک مصرف نماید .

جهت تسکین درد از داروهای ضد درد طبق تجویز پزشک مصرف نماید.

### زمان مراجعه بعدی :

۷ - ۱۰ روز پس از عمل اگر بعد از عمل در همان جایی که بواسیر بوده است یک برجستگی سفت تشکیل شود باید به پزشک معالج مراجعه نمود .

اگر بواسیر باعث درد شدید می شود و با درمان های ذکر شده کاهش نیابد و یا خونریزی زیاد باشد باید به پزشک معالج مراجعه نمائید.

توجه:

کتاب پرستاری - داخلی و جراحی برونژنوسودارث گلارش



بازرسی سلامتی و تندرستی

-برای اینکه درد کمتر شود و خونریزی نداشته باشد ۵- ۱۰ روز اول بعد از عمل به پهلو بنشینید و به پهلو بخوابد  
-روزانه ۸ لیوان آب جهت جلوگیری از یبوست میل کند .  
به جز فیبر ها از مصرف ملین ها اجتناب کند زیرا دیگر انواع ملین ها می توانند باعث اسهال شده و هموروئید را بدتر می کند  
-وقتی که احساس می کنید نیاز به دستشویی رفتن دارد زیاد منتظر نماند و برنامه اجابت مزاج را ( پس از صبحانه ) تنظیم کند .

-پس از اجابت مزاج در لگن آب گرم به مدت ۱۵ - ۲۰ دقیقه بنشیند ، تکرار آن ۲ - ۳ مرتبه در روز مفید است .

- پنج نکته مهم و ضروری برای جلوگیری از عود بیماری :  
یبوست ممنوع ، زور زدن ممنوع ، طهارت با آب گرم ، نشستن در جای مرطوب و سرد ممنوع ، نشستن و ایستادن به مدت طولانی ممنوع می باشد .

- به مدت طولانی ننشینید و نایستد ، نشستن و ایستادن طولانی به رگ ها فشار وارد می آورد . اگر کارش طوری است که باید برای مدت طولانی بنشیند ، حتما هر از چند گاهی بلند شده و قدم بزند ، ورزش کند ، فالیته بدنی سبک و منظم مانند پیاده روی باعث کاهش فشار وارد بر رگها شده و احتمال یبوست را کاهش می دهد .

## هموروئید :

به گشاد شدن رگ های وریدی در جراحی مقعدی هموروئید گویند که شامل دونوع داخلی و خارجی است. نوع داخلی معمولا همراه با خونریزی مقعدی بی درد است اما هموروئید که با درد و سوز همراه باشد همراه بادرد و تورم ناحیه مقعد همراه است .

بالا رفتن فشار داخلی شکمی و همچنین یبوست از علل اصلی ایجاد هموروئید است .

## درمان :

رژیم غذایی پرفیبر و مایعات نرم جهت جلوگیری از یبوست حمام لگن - و در صورت جواب ندادن هموروئیدکتومی انجام می شود .

## اقدامات و توصیه های قبل از عمل :

-شب قبل از عمل شام سوپ میل کرده و از نیمه شب ناشتا باشد.

-موهای موضع عمل ، قبل از عمل باید تراشیده شود .

-قبل از انتقال به اتاق عمل ، مثانه (ادرار) را تخلیه نماید.

-قبل از رفتن به اتاق عمل زیور الات ، اجسام فلزی، گیره سر ، دندان مصنوعی وغیره را از خود جدا نماید.

-کلیه لباس ها ( لباس زیر ، جوراب و ... ) را درآورده و لباس مخصوص اتاق عمل بپوشد.

-در صورت داشتن سابقه بیماری و سابقه حساسیت (دارویی ، غذایی ) پرستار و پزشک معالج را در جریان قراردهد .

-در صورتی که بیماری خاصی دارد و تحت درمان هست به پزشک و پرستار خود اطلاع دهد زیرا ممکن است نیاز باشد داروهای وی قطع و داروهای جدید جایگزین شود .

-بی حرکتی پس از عمل می تواند باعث رکود خون در پاها و افزایش احتمال عفونت ریه ها گردد ، لذا ورزش های تنفسی ( تنفس عمیق و سرفه ) و چرخش پا را بلافاصله پس از عمل انجام دهد.

-در صورت داشتن آرایش و لاک ناخن آن را پاک کند .

## رژیم غذایی و تغذیه :

در صورت هوشیاری کامل و عدم وجود مشکلات گوارشی مانند تهوع و استفراغ ، رژیم مایعات را طبق دستور پزشک با اجازه پرستار شروع می شود و در صورت عدم تحمل ( حالت تهوع و استفراغ ) به پرستار اطلاع دهد .

در صورت تحمل به تدریج با نظر پزشک می تواند از سایر مواد غذایی استفاده کند .

بهتر است از رژیم غذایی سرشار از پروتئین ، ویتامین و پرفیبر ( سبزیجات ، میوه و ... ) استفاده نماید .

از خوردن غذاهایی که باعث ایجاد یبوست می شود جدا خودداری نماید.

## فعالیت بعد از عمل :

تا ۲۴ ساعت اول بعد از عمل فعالیت محدود داشته و فقط در موارد ضروری (مثلا برای رفتن به دستشویی ) از جای خود حرکت کند .

-برای خروج از بستر ، ابتدا مدتی در لبه تخت نشسته و پاها را آویزان نماید ، در صورت نداشتن سر گیجه ، تاری دید و ... با کمک تیم مراقبتی راه برود .

-طی یک تا دوهفته اول بعداز عمل باید از انجام کارهای سنگین خودداری کرده ولی پس از آن ورزش و فعالیت سنگین بلامانع است .

-فعالیت بدنی سبک و منظم مانند پیاده روی داشته باشد

## مراقبت بعد از عمل :

-جهت پیشگیری از عوارض بعد از عمل جراحی ، تمرینات تنفسی ( تنفس عمیق و سرفه ) و ورزش های پا را انجام دهد.

-پس از عمل بهتر است به پهلو خوابیده و بطور مرتب تغییر وضعیت دهد و هر ساعت یک ربع به روی شکم بخوابد .

-بهداشتن فردی مانند شستن دست ها قبل و بعد از اجابت مزاج و... رعایت نماید.

-معمولا قبل از ترخیص پانسمان ناحیه عمل برداشته می شود .

-در صورت داشتن درد ، به پرستار اطلاع دهد تا طبق تجویز پزشک اقدامات لازم جهت تسکین درد انجام شود .

دوتا چند روز پس از عمل ممکن است خونریزی مختصر و

با دفع خونابه داشته باشد ، این مسئله طبیعی است که بایستی از یبوست و زور زدن هنگام اجابت مزاج خودداری

کرده و از لگن آب گرم استفاده کند .

در صورت ادامه یبوست و فشار موقع اجابت مزاج ، احتمال خونریزی پس از جراحی افزایش می یابد .