



آموزش به بیمار

هموروئید



بیمارستان فوق تخصصی دکتر علی شریعتی

مدیریت پرستاری

واحد آموزشی سلامت

درمانهای دارویی

مواد دارویی که برای درمان و تخفیف و تسکین علائم هموروئید به کار می روند شامل: بی حس کننده های موضعی، تنگ کننده های عروقی، مواد قابض، ضد عفونی کننده ها، مواد محافظت کننده، مسکن ها، ضد خارش ها و ضدالتهاب (عمدتاً کورتن ها) هستند

پیشگیری از عوارض هموروئید

— تغذیه مناسب. خوردن غذاهای فیبردار و اضافه نمودن ۱ تا ۲ قاشق غذاخوری پودر سبوس به غذا و یا حل آن در ۸۰ اونس آب.

— جلوگیری از چاق شدن

— ورزش منظم

— داشتن شیوه فعال و پر تحرک زندگی

— مصرف متعادل مشروبات الکلی

— حمام نشسته در آب گرم

— پمادهای بی حس کننده موضعی

— رعایت جدی بهداشت و نظافت فردی

منبع: www.Clinical key.com

در صورت نیاز به توضیحات بیشتر با ۰۵۱۳۵۰۷۲۲۴۷

تماس بگیرید.



با ما همراه باشید در سایت بیمارستان شریعتی:



کمپرس با آب گرم یکی از مؤثرترین روش ها برای بهبود و تسکین علائم است. بدین ترتیب که روزانه چند بار به خصوص بعد از هر اجابت مزاج به مدت چند دقیقه در آب گرم با دمای قابل تحمل بنشینند. برای این کار می توان از یک لگن پلاستیکی که به خوبی و کاملاً تمیز شده باشد، استفاده کرد، استفاده از توالت ایرانی در این موارد به هیچ وجه توصیه نمی شود زیرا با فشاری که وارد می کند حالت بیرون افتادگی و سایر علائم را تشدید می نماید برای اینکار استفاده از میزان کافی مواد غذایی حاوی فیبر، انواع سبزی و میوه به خصوص میوه های ملین مانند گلابی، آلو، انجیر و نان سبوس دار و نوشیدن مایعات و به خصوص آب کافی در روز (حدود ۸ لیوان) توصیه می شود. از آنجاییکه عدم تحرک کافی نیز جزو عوامل ایجاد کننده ی زمینه ای به شمار می رود گنجانیدن نوعی فعالیت بدنی مانند پیاده روی یا سایر ورزش ها ی ملایم در برنامه ی روزانه پیشنهاد می شود

مطالب پیش روی شما محتوی مطالب آموزشی برای مراقبت از بیماریتان می باشد. امیدواریم با رعایت نکات ذکر شده در آن سلامت خود را بازیابید .



هموروئید چیست؟

خروج خون روشن از مقعد که با زور زدن یا یبوست

همراه است که به علل زیر ممکن است ایجاد شود :

یبوست ، به خصوص یبوست شدید و طولانی که با زور

زدن هنگام دفع همراه است ، اسهال ، مصرف مداوم ، و

زیاد ملین ها ، حالات ایستادن و نشستن های طولانی و

تغذیه ناکافی با مواد فیبری ، عدم تحرک کافی که منجر

به کاهش قدرت عضلانی عضلات ناحیه ی لگن می شود

و عوامل زمینه ای یا ژنتیکی از علل ایجاد هموروئید

هستند. فشار ناشی از حاملگی و

زایمان عمده ترین دلیل بروز هموروئید

در زنان جوان است. کارهای سخت و طولانی، مصرف

مستمر مشروبات الکلی و افراط در انجام عمل جنسی نیز

موجب افزایش جریان خون شریانی به گره های

هموروئیدی و ایجاد هموروئید می گردند. ایستادن و

نشستن های طولانی، حاملگی و یبوست مزمن نیز از

عوامل افزایش فشار در شبکه های هموروئیدی و احتقان

خون در آن هستند.

نشانه های اصلی هموروئید

از نظر روند و ظهور، این بیماری به انواع زیر تقسیم می

گردد:

— هموروئید بدون نشانه مشخص

— هموروئید حاد

نشانه های اولیه هموروئید حاد عبارتند از :

— درد در مقعد و اطراف آن

— خارش

— خونریزی

جراحی

افرادی تحت عمل جراحی قرار می گیرند که دچار

پایین افتادگی گره های هموروئیدی شده، در طی

یکسال دچار ایجاد لخته شدگی حاد و خونریزی از

گره های هموروئید شده اند.

درمان غیردارویی

شستشوی کامل ناحیه مقعد بعد از هر اجابت مزاج

که خوشبختانه ریشه در آداب روزانه ما دارد و عمل

بسیار مفیدی است ، جزو اولین توصیه ها به این

بیماران در کشورهایی است که این عادت مناسب را

ندارند .