



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی

اردبیل

شبکه بهداشت و درمان مشگین شهر

بیمارستان ولیعصر (عج) مشگین شهر

بخش جراحی عمومی

موضوع کنفرانس:

بیماری هموروئید و فیشر



منبع: کتاب برونر و سودارت

تهیه کننده: عالیشی

تنظیم: دفتر بهبود کیفیت

1396

## شقاق یا فیشر (سوزش مقعد و درد مقعد)

شقاق نام عربی و فیشر نام انگلیسی آن و ترک یا چاک خوردگی نام فارسی آن و بعضی به آن جوش مقعدی نیز میگویند و در واقع همان زخم مقعدی باشد.

### از علل مهم آن عبارتند از:

خروج سخت مدفوع خشک، عدم مصرف فیبر و آب کافی، مصرف بعضی از داروها، یبوست، زور زدن در هنگام دفع مدفوع، وجود استرس

### علائم فیشر:

درد مقعد و یا سوزش مقعد و گاهی بندرت مختصری خونریزی مقعدی در حین و گاهی بعد از اجابت مزاج، که این درد مقعد و یا سوزش مقعدی ممکنست تا بعد از اجابت مزاج نیز مدتی طول بکشد.

### درمان های فیشر عبارتند از:

- 1- درمان دارویی
- 2- درمان با بوتاکس
- 3- درمان با جراحی

## مراقبت های بعد از عمل شقاق

شما ممکن است درد خفیفی تا یک هفته بعد از جراحی شقاق تجربه کنید. اگر درد داشته باشید ممکن است از عبور مدفوع جلوگیری کنید که منجر به یبوست شدید تر می شود. نرم نگه داشتن مدفوع به حرکت راحت تر مدفوع در دستگاه گوارش کمک می کند. همچنین برخی از مسکن ها نیز ممکن است یبوست را تشدید کنند. دکتر شما نیز ممکن است مسهل و یا نرم کننده های مدفوع بعد از عمل جراحی تجویز کند.

پس از یک رژیم غذایی پرفیبر مدفوع را حجیم و جذب آب به مدفوع را توسط روده افزایش می دهد. غذاهای با فیبر بالا مانند میوه ها و سبزیجات و هم چنین غلات کامل است. برای جلوگیری از یبوست خوردن چهار وعده میوه و سبزی در روز و چهار پیمانه غلات و سایر غلات سبوس دار پیشنهاد می شود. گذاشتن ماسک میوه و سبزی برای بدن فیبر اضافی فراهم می کند. فیبر گندم و جو نسبت به میوه جات برای جلوگیری از یبوست موثرتر است میوه ها و سبزیجات با پوست فیبر بیش تری را برای بدن فراهم می کنند. در صورتی که خانم هستید، روزانه حداقل ۲۰ گرم فیبر و اگر آقا هستید روزانه حداقل ۳۰ تا ۳۵ گرم فیبر مصرف کنید.

## شرح بیماری هموروئید :

بواسیر عبارت است از سیاهرگ‌های گشادشده ( واریسی) در راست روده یا مقعد. بواسیر ممکن در مجرای مقعدی (بواسیر داخلی) یا در مدخل مقعد (بواسیر خارجی) واقع شده باشد. بواسیر ممکن است سال‌ها وجود داشته باشد اما تنها با وقوع خونریزی بدون پی‌برده شود.

### •انواع هموروئید:

هموروئیدهای داخلی از نظر شدت علائم به چهار درجه تقسیم می شوند.

**درجه اول:** خونریزی بدون بیرون زدگی

**درجه دوم:** خونریزی همراه بیرون زدگی که خودبه خود جا می رود.

**درجه سوم:** خونریزی به همراه بیرون زدگی که با دست جا می رود.

**درجه چهارم:** خونریزی به همراه بیرون زدگی که با دست جا نمی رود.

هموروئیدهای خارجی معمولاً به صورت یک برجستگی خارجی در بیرون ناحیه مقعد قرار داشته و اکثراً با درد و تورم همراه است.

## علل هموروئید:

علت واقعی هموروئید مشخص نیست. ولیکن عوامل مهم و موثر در بروز آن عبارتند از:

۱- یبوست مزمن

۲- اسهال مزمن

۳- زور زدن موقع اجابت مزاج

۴- نشستن طولانی مدت در توالت

۵- افزایش سن

۶- عوامل ارثی

۷- حاملگی

۸- تحرک کم

### پیشگیری :

برای اجابت مزاج عجله نکنید و در عین حال از زور

زدن و نشستن طولانی مدت در توالت خودداری

کنید.

اگر اضافه وزن دارید، وزن خود را کاهش دهید.

مقدار فیبر غذایی را در رژیم خود افزایش دهید.

روزانه ۸-۱۰ لیوان آب بنوشید.

به‌طور منظم ورزش کنید.

## مراقبت‌های پس از جراحی بواسیر(هموروئید)

1- اصلاح رژیم غذایی با استفاده از غذاهای پر فیبر از قبیل مصرف سبزیجات ، میوه جات فراوان ، پودر پسیلیوم (اسفرزه ) ، مایعات فراوان .

2- تنظیمات اجابت مزاج مرتب و به موقع که معمولاً یک ساعت پس از غذا خوردن زمان مناسبی برای اجابت مزاج می باشد.

3- شستشوی با آب گرم.

4- استفاده از پماد آنتی هموروئیدی شیاف آن پس از اجابت مزاج طبق دستور پزشک.

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