



دانشکده علوم پزشکی
تربیت جام

آموزش به بیمار

هموروئید



واحد آموزش سلامت همگانی

SH:PEU-BK-55.

1402-1403

در صورت داشتن هرگونه مشکل با شماره های

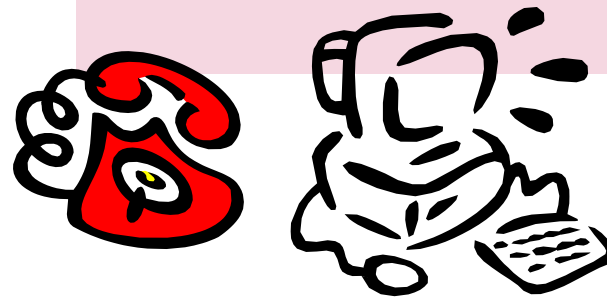
زیر تماس بگیرید:

۰۵۱۵۲۵۲۱۸۱۱

صبح داخلی ۲۷۱ و عصر و شب داخلی ۲۰۰

[HTTP://www.trjums.ac.ir](http://www.trjums.ac.ir)

منبع: بر.نر - سودارث



کد نظر سنجی:

*6655*521811#

چگونه میتوان از وقوع هموروئید پیشگیری کرد؟

⇐ بهترین روش برای جلوگیری از هموروئید کمتر فشار وارد کردن به خود در هنگام دفع مدفوع می باشد که برای این کار باید به محض احساس دفع، به دست شویی بروید و مدفوع خود را نگاه ندارید .

⇐ مصرف میوه و سبزی ها را افزایش دهید.

⇐ ورزش شامل پیاده روی نیز به دفع راحت تر مدفوع کمک میکند و از یبوست جلوگیری مینماید.

کد

هموروئید (بواسیر) به شرایطی اطلاق می شود که سیاهرگ

های اطراف، داخل راست روده و مقعد برجسته و متورم میشوند.

این حالت می تواند در اثر فشار بیش از حد برای دفع مدفوع ایجاد

شود. (مثلا در یبوست مزمن). هموروئید می تواند هم در داخل

مقعد ایجاد شود که به آن هموروئید داخلی گفته شده و هم در

خارج و پوست اطراف مقعد ایجاد شود که به آن هموروئید خارجی

می گویند.



هموروئید با چه علایمی شروع میشود؟

خونریزی که معمولا همراه با مدفوع و یا پس از دفع به

صورت قطره قطره یا خون پاشی خواهد بود.

درد

خارش

سوزش

ترشح مواد بلغمی و تحریک اطراف مقعد

شایعترین تظاهر بالینی :

خونریزی است که اگر برای مدت طولانی وجود داشته باشد و یا

شدید باشد و شخص از تغذیه کافی و مناسبی برخوردار نبوده و

آهن مورد نیاز بدنش تامین نشود، میتواند منجر به کم خونی

فقر آهن شود.



هموروئید چگونه درمان میشود؟

درمان به صورت جراحی است که شامل بستن ورید معقدی

بوسیله باند لاستیکی می باشد. در این روش یک نوار لاستیکی

دور پایه ورید متورم بسته میشود.

با بستن این نوار جریان خون آن قطع شده و پس از چند روز

ورید خشک و چروکیده شده و کنده می شود. گاهی در موارد

هموروئید داخلی و خارجی خیلی بزرگ یا هموروئید یا علایم

شدید ممکن است نیاز به جراحی ورید های بسته داشته باشد.

چگونه میتوان از عود هموروئید پیشگیری کرد؟

یبوست مزمن

زور زدن ممنوع

طهارت با آب گرم

نشستن در جای مرطوب و سرد ممنوع

نشستن و ایستادن به مدت طولانی ممنوع

بخاطر داشته باشید برای اینکه مبتلا به یبوست

نشوید رژیم غذایی (پرفیبر) زیر را رعایت نمایید.

استفاده از نان و غلات سبوس دار (سنگک)

میوه جات و سبزیجات خام و میوه جاتی که با

پوست و دانه مصرف می شوند.

مصرف مایعات حداقل تا ۸ لیوان افزایش یابد.

در صورت عدم استفاده از غذای پرفیبر اضافه

کردن تدریجی پودر پسیلیوم در رژیم غذایی