

هموروئید - بواسیر



تعریف به زبان ساده:

کانال مقعدی با شبکه ای از رگهای وریدی کوچک که درست زیر پوست هستند پوشیده می شود (بخش انتهایی روده ی بزرگ را اصطلاحاً کانال مقعدی می نامند).

در هنگام اجابت مزاج، زور زدن، نشستن طولانی مدت، باعث بزرگی این وریدها می شود. این وریدی های بزرگ شده لایه هایی را ایجاد می کنند که متورم است و آنها را اصطلاحاً بواسیر می نامیم.

بواسیر (هموروئید) سیاهرگ واریسی است که در راست روده یا مقعد قرار دارد و به مرور زمان گشاد می شود. احتمال دارد بواسیر سالها وجود داشته باشد. اما فقط زمانی به آن پی می بریم که خونریزی اتفاق بیفتد.

علائم شایع هموروئید

- **خونریزی:** اولین و شایع ترین علامت خونریزی است خون روشن که به صورت رگه در زمان دفع مدفوع مشاهده می شود و یا به دنبال دفع، خون به مقدار کم و به مدت کوتاهی چکه کند و از مدفوع جداست. افراد توجه داشته باشند که اگر خون مخلوط با مدفوع باشد باید به سایر عوامل مثل سرطان ها و پولیپ ها و کولیت ها مشکوک شد.

- **احساس خارش و درد با ترشح مخاطی بعد از اجابت مزاج** که موجب ناراحتی فرد شود.

- **یک برجستگی در مقعد ایجاد می شود.** حال ممکن است این برجستگی به بیرون از مقعد بیاید که خودبه خود به داخل باز گردد و یا بیرون زدگی ثابت باشد و به داخل مقعد نرود.

- **تورم و التهاب ناحیه ی مقعد**

علل ایجاد همورئید

۱. زور زدن زیاد هنگام اجابت مزاج و داشتن یبوست مزمن
۲. استفاده از رژیم غذایی بدون فیبر
۳. نشستن و یا ایستادن به مدت طولانی
۴. اضافه وزن و داشتن چاقی
۵. جراحی راست روده و یا پارگی مجرای تناسلی به هنگام زایمان و دوختن آن
۶. بیماری های عفونت کبد
۷. سرطان روده بزرگ
۸. بالا بودن فشار خون در سیستم سیاهرگی دستگاه گوارش

پیشگیری از ایجاد همورئید

۱. برای اجابت مزاج از تلاش و نشستن طولانی مدت در توالی پرهیزید.
۲. در صورت چاق بودن سریعاً وزن خود را کاهش دهید.
۳. در طول روز ۱۰ - ۸ لیوان آب بنوشید
۴. مقدار فیبر غذایی را در رژیم خود افزایش دهید (مثل میوه جات تازه، حبوبات، سبزیجات، غلات سبوس دار)
۵. ورزش منظم را در برنامه روزانه خود داشته باشید (پیاده روی تند ۳ تا ۴ بار در هفته و هر بار حداقل نیم ساعت)
۶. آلو به برنامه غذایی خود بیفزائید.

عوارض احتمالی بعد از بواسیر

- ✓ زخم شدن بواسیر و عفونت همراه آن
- ✓ کمبود آهن بدن و کم خونی زمانی که خونریزی از مقعد قابل توجه باشد. در اثر وجود لخته خون در بواسیر درد شدید ایجاد میشود.

درمان

- ✓ ۱. درمان جراحی
- ۲. درمان طبی

انواع روش های انجام جراحی هموروئیدکتومی

هموروئیدکتومی دارای روش های متعددی است که شامل روش های باز، بسته، استاپلر، رابربند و اسفنکترتومی داخلی-جانبی می باشد. اما در اغلب موارد دو روش باز و بسته برای درمان این عارضه مورد استفاده قرار می گیرد.

هموروئیدکتومی بسته

هموروئیدکتومی بسته بیشترین استفاده را در درمان هموروئیدهای داخلی دارد، در این حالت هموروئید می تواند با استفاده از وسایل مختلفی مانند چاقوی جراحی، الکتروکوتر، قیچی یا روش دیگری که امروز بسیار رایج و پرکاربرد شده لیزر هموروئید می باشد که با این وسایل هموروئید برداشته شده و سپس با استفاده از نخ قابل جذب ترمیم می گردد. این روش در بیشتر از ۹۵٪ از موارد موفق عمل می نماید.

هموروئیدکتومی باز

در هموروئیدکتومی باز، بافت های هموروئیدی در همان شیوه ای که در روش بسته بود هموروئید خارج می شوند ولی این بار برش در سمت چپ زده شده و باز رها می شود. در مواردی که محل برش مناسب نبوده و یا احتمال عفونت باشد، پزشک از ترکیبی از روش های باز و بسته استفاده می کند

هموروئیدکتومی استاپلر

هموروئیدکتومی استاپلر یکی از جدیدترین روشهای درمان برای هموروئید داخلی است. این روش به چندین نام های دیگری دارد که یکی از این نام ها روش لونگو می باشد. این روش برای پرولاپس و هموروئید مورد استفاده قرار می گیرد. هموروئیدکتومی استاپلر، عمدتاً در بیماران مبتلا به هموروئید درجه III و IV و بیمارانی که باید درمان آنها با کمترین میزان شکست انجام شود مورد استفاده قرار می گیرد. مطالعات نشان داده اند هموروئیدکتومی با استاپلر درد بعد از عمل کمتر و بهبودی سریعتری در مقایسه با عمل جراحی معمولی دارد.

بستن باند لاستیکی یا رابربند

در این روش یک حلقه لاستیکی به دور پایه هموروئید انداخته می شود. حلقه از گردش خون جلوگیری می کند و هموروئید بعد از چند روز دفع می شود.

اسفنکترتومی داخلی-جانبی

اسفنکترتومی داخلی-جانبی یا باز کردن عضله اسفنکتر داخلی کانال آنال نیز گاهی همراه هموروئیدکتومی انجام می شود. این روش در بیمارانی با فشار وارده بالا به اسفنکتر در حالت استراحت

مورد استفاده قرار می‌گیرد. این روش برای کاهش درد پس از عمل استفاده می‌شود و این است که در اغلب موارد استفاده می‌شود و خیلی شایع نمی‌باشد.

خطرات جراحی هموروئیدکتومی

۱. خونریزی از آنال در محل عمل
۲. ایجاد لخته خون (هماتوم) در محل برش برای جراحی
۳. ایجاد مشکل دفع
۴. عفونت
۵. انسداد روده یا به دام افتادن مدفوع در آنال

درمان طبی:

این نوع درمان برای همورئیدهای خفیف است. تلاش این نوع درمان برای کاهش یبوست به وسیله ی مصرف رژیم غذایی فیبردار مثل میوه جات و سبزیجات، اصلاح عادت اجابت مزاج استفاده از کاهو، انجیر، آلو، نان سبوس دار، استفاده از پمادهای ضد همورئید، استفاده از ملین ها و لگن آب گرم است.

چند اصل کلی

- پس از اجابت مزاج، ناحیه ی مقعد را به ملایمت پاک کنید. از دستمال توالت مرطوب و یا حوله نرم استفاده کنید.
- برای کاهش درد، روزانه چندین دفعه و هر دفعه به مدت ۲۰ - ۱۰ دقیقه در آب گرم بنشینید و یا می توانید برای کم شدن تورم ناشی از وجود لخته ی تورم یا بیرون زدگی بواسیر، یک روز در رختخواب استراحت کنید و روی ناحیه یخ بگذارید.
- برای کاهش درد، تورم و خارش می توانید از کرم های موجود در بازار که حاوی عصاره ی فندق و هیدروکورتیزون هست، با مشورت پزشک استفاده کنید
- اطراف ناحیه ی مقعد را شیو کرده و تمیز نگه دارید.
- روزانه استحمام کرده و با آب گرم اطراف ناحیه ی مقعد را به آرامی بشوئید. از صابون استفاده نکنید چرا که ممکن است درد را تشدید و حتی باعث ایجاد خونریزی شود.
- برای تسکین درد می توانید از مسکن ها مثل استامینوفن، ایبوپروفن، آسپرین استفاده کنید. مسکن ها درد را تسکین می دهد اما بواسیر را از بین نمی برد پس بهتر است حتماً به پزشک مراجعه کنید.

- از پوشیدن لباس های تنگ و سفت و کمر بند خودداری کنید.
- برای نشستن میتوانید از بالشهای به شکل حلقه تو خالی (رینگ نرم) استفاده نمایید.

واحد ارتقای سلامت و آموزشی همگانی

بیمارستان آریا رشت