



دانشگاه علوم پزشکی  
خدمات بهداشتی درمانی هرمزگان

بیمارستان حضرت ابوالفضل (ع) میناب



شناسنامه پمفلت آموزشی کد AH-TR-MS-۷

عنوان	همورونید (بواسیر)
تهیه کننده	صدیقه قاسم زاده
تایید کننده	کمیته آموزش به بیمار
سال تهیه	1402
ناظر کیفی	یاسر ترابی
تایید کننده علمی	دکتر علیرضا اریاپور

۹) از مصرف بیش از حد شیرینی - قهوه و شکلات اجتناب شود.

۱۰) از خوردن سیب بون پوست - انار - موز و ماست که باعث نفخ و یبوست می شود اجتناب کنید.

۱۱) از مسهل و ملین بدون تجویز پزشک استفاده نکنید. برای نرم کردن مدفوع از روغن زیتون - آلو - انجیر - خاکشیر و شیر سرد استفاده کنید.

۱۲) توصیه می شود در صورت بروز عوارض بعد از عمل مثل خونریزی از مقعد ترشحات چرکی - تب و یبوست به پزشک مراجعه کنید .

منابع:

پرستاری داخلی جراحی برونر و سودارث



۴) درد و ناراحتی به هنگام دفع معمولاً بعد از ۲ هفته بر طرف می شود در این مدت می توانید جهت کنترل درد از مسکن تجویز شده توسط پزشک استفاده کنید.

۵) آنتی بیوتیک های تجویز شده توسط پزشک را سر وقت و بطور کامل مصرف کنید.

۶) بعد از یک هفته به مطب پزشک مراجعه نمایید.

۷) برای کاهش یبوست توصیه می شود که از رژیم غذایی پر فیبر - میوه ها و سبزیجات استفاده کنید.

۸) مایعات فراوان (۸ لیوان آب در روز) بنوشید.



## هموروئید ( بواسیر)

هموروئید به برجسته و پر خون شدن سیاهرگ های کانال مقعدی به هنگام اجابت مزاج گفته میشود.

### علت ایجاد هموروئید:

هموروئید به دلیل افزایش فشار داخل شکمی به هر علت از جمله یبوست و زور زدن بیش از حد در هنگام اجابت مزاج به وجود می آید و در حاملگی شایع است.

### علائم و نشانه های بیماری:

- ۱) خونریزی به همراه دفع مدفوع یا بعد از دفع کامل به شکل قطره قطره
- ۲) درد و سوزش – اشکال در دفع و بیرون زدگی مخاط ناحیه مقعد

### عواملی که باعث ایجاد هموروئید میشود:

- ۱) یبوست مزمن
- ۲) اسهال مزمن
- ۳) زور زدن بیش از حد موقع اجابت مزاج
- ۴) نشستن طولانی مدت در توالت
- ۵) افزایش سن
- ۶) عوامل ارثی
- ۷) حاملگی
- ۸) کم تحرکی

- ۹) مصرف غذاهای کم فیبر و عدم استفاده از میوه جات و سبزیجات
- ۱۰) مصرف نکردن مایعات و آب به اندازه کافی

### آموزش های هنگام ترخیص:

- ۱) بعد از ترخیص بمدت ۱ الی ۲ هفته ۲ الی ۳ بار در روز در لگن آبگرم بنشینید.
- ۲) در صورت احساس دفع اجابت مزاج را انجام دهید و بعد از اجابت مزاج مقعد را به خوبی شستشو داده و با دستمال کاغذی نرم خشک کنید.
- ۳) خونریزی بعد از انجام دفع بصورت قطره قطره طبیعی است.