



نکات مراقبتی در رابطه با عمل جراحی مقعد (هموروئید)

- ۱) **اجابت مزاج نرم و مرتب:** اسهال و یبوست هر دو موجب فشار به ناحیه مقعد شده و باعث تشدید درد می‌شوند. بنابراین رعایت رژیم غذایی پُر فیبر (میوه‌جات فراوان و مصرف سبزیجات) توصیه می‌شود. لازم به ذکر است که پاسخ به مصرف فیبر به طور کامل، حدود ۲-۱ هفته زمان می‌برد.
- ۲) **ترتیب منظم در دفع:** حداقل روزی یک یا دو بار دفع در زمان مشخص طی شبانه‌روز (صبح‌ها پس از خواب و یا پس از صرف صبحانه) توصیه می‌شود. بیماران باید هر روز صبح پس از خواب، پس از صبحانه و یا پس از مصرف مقداری مایعات، جهت اجابت مزاج به دستشویی بروند حتی اگر احساس دفع ندارند تا عادت به دفع در زمان مشخص طی روز را پیدا کنند.
- ۳) **ضد دردهای موضعی:** استفاده از پمادها و ژل‌های حاوی بی‌حس‌کننده‌های موضعی از قبیل لیدوکائین در ناحیه مقعد و یا حتی داخل و اطراف زخم حدود سه دقیقه قبل از دفع می‌تواند بسیار مؤثر باشد. توصیه می‌شود پس از دفع نرمال، شستشوی مقعد با آب گرم و پس از آن قرار گرفتن در لگن آب گرم به مدت ۱۵-۱۰ دقیقه (نیازی به استفاده از بتادین و ... نمی‌باشد) انجام شود؛ لگن آب گرم برای تسکین درد قابل تکرار می‌باشد. پس از لگن آب گرم، استفاده مجدد از پماد بی‌حس‌کننده توصیه می‌شود.
- ۴) **استفاده از گاز تمیز** (غیر استریل) برای مواردی که زخم باز در ناحیه مقعد وجود دارد، در موارد فیستول، زخم هموروئید و تخلیه آبنه، کمک کننده است.
گاز را نازک کرده و در حالت نشسته بر روی زمین، آن را با انگشت و به آرامی داخل یا روی زخم بگذارید. معمولاً پس از بلند شدن و بالا کشیدن لباس زیر، پانسمان سر جای خود باقی مانده و نیازی به فیکس کردن با چسب نمی‌باشد.
معمولاً به دنبال تخلیه آبنه و یا عمل فیستول زخم ترشح دارد و ممکن است برای مدتی نیز باقی بماند، اکثر بیماران نگران این ترشحات می‌باشند. توجه نمایید که زخم باز معمولاً ترشح دارد و اگر علائم درد، تورم و تب ندارید مشکل خاصی نمی‌باشد. فقط لازم به شستشوی مکرر و استفاده از پانسمان خشک می‌باشد.
- ۵) **پس از عمل هموروئید** ممکن است بیمار برای چند روز ترشحات خونابه‌ای داشته باشد. اگر خونریزی شدید باشد باید به پزشک خود اطلاع دهید.
- ۶) **بیماران سعی نمایند** که دچار اسهال و یبوست نشوند تا منجر به زور زدن و نهایتاً فشار به ناحیه مقعد نگردد. مصرف غذاهای حاوی فیبر و مایعات فراوان توصیه می‌شود. همچنین از مصرف غذاهای نفاخ، فلفل، سیر و پیاز خودداری شود.
تنها منع غذایی در موارد بیماری‌های زمینه‌ای از قبیل فشار خون، دیابت، ناراحتی‌های گوارشی و غیره می‌باشد.

گروه هدف: بیمار و خانواده

بازنگری توسط: خ. آلبو عطیوی سرپرستار بخش جراحی شهریور. ۱۴۰۲.

منبع: پروتر. سوارت.

واحد آموزش به بیمار