

فرم شماره 2- آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت‌های پس از ترخیص

بواسیر (هموروئید)

شماره پرونده:		
نام خانوادگی:	نام:	بخش: اتاق: تخت:
نام پدر:	تاریخ تولد: جنس: ☐ زن ☐ مرد	تشخیص (علت بستری):
تاریخ پذیرش:		
بیمار محترم ضمن آرزوی سلامتی برای شما شایسته است که پس از ترخیص از بیمارستان موارد زیر را به دقت مطالعه و اقدام کنید:		
مراقبت در منزل: - از خوردن غذاهایی که باعث ایجاد یبوست می‌شود جداً خودداری کنید. - روزانه هشت لیوان آب جهت جلوگیری از یبوست میل کنید. - فعالیت بدنی سبک و منظم مانند پیاده روی داشته باشید. طی یک تا دو هفته اول بعد از عمل باید از انجام کارهای سنگین خودداری کرده ولی پس از آن ورزش و فعالیت سنگین بلامانع است. - دو تا چند روز پس از عمل ممکن است خونریزی مختصر و یا دفع خونابه داشته باشید، این مسئله طبیعی است و باید از یبوست و زور زدن هنگام اجابت مزاج خودداری کرده و از لگن آب گرم استفاده کنید. - در صورت ادامه یبوست و فشار موقع اجابت مزاج، احتمال خونریزی پس از جراحی افزایش می‌یابد. - برای اینکه دردتان کمتر شود و خونریزی نداشته باشید ۱۰-۵ روز اول بعد از عمل به پهلوی بنشینید و به پهلوی بخوابید. - بدون اجازه پزشک از مصرف ملین‌ها اجتناب کنید. - وقتی که احساس می‌کنید نیاز به دستشویی رفتن دارید زیاد منتظر نمانید و برنامه اجابت مزاج را (پس از صبحانه) تنظیم کنید. - پس از اجابت مزاج در لگن آب گرم به مدت ۱۵-۲۰ دقیقه بنشینید و تکرار آن ۲-۳ مرتبه در روز مفید است. - جهت جلوگیری از عود بیماری، یبوست، زور زدن و نشستن در جای مرطوب و سرد ممنوع می‌باشد. همچنین بهتر است با آب گرم طهارت کنید. - به مدت طولانی ننشینید و نایستید، نشستن و ایستادن طولانی به رگ‌ها فشار وارد می‌آورد اگر کارتان طوری است که باید برای مدت طولانی بنشینید، حتماً هر از چند گاهی بلند شده و قدم بزنید. ورزش کنید، فعالیت بدنی سبک و منظم مانند پیاده روی باعث کاهش فشار وارد بر رگ‌ها شده و احتمال یبوست را کاهش می‌دهد. - از پماد آنتی هموروئید یا شیاف آن پس از اجابت مزاج طبق دستور پزشک مصرف کنید. - جهت تسکین درد از داروهای ضد درد طبق تجویز پزشک مصرف کنید. در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید - ۱۰-۷ روز پس از عمل به پزشک معالج مراجعه کنید. - اگر در همان جایی که بواسیر بوده است یک برجستگی سفت تشکیل شود. (بعد از عمل بوجود می‌آید) - اگر بواسیر باعث درد شدید شد که با درمان‌های ذکر شده کم نشود. - اگر خونریزی زیاد باشد (بیش از مقداری که در قسمت علائم ذکر شد). - در صورت بروز عوارض پس از عمل مانند خونریزی از مقعد، ترشحات چرکی، تب و یبوست - در صورت احساس دفع، اجابت مزاج کنید و بعد از اجابت مزاج، مقعد را به خوبی شستشو داده و با کاغذ توالت خشک کنید. - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی		