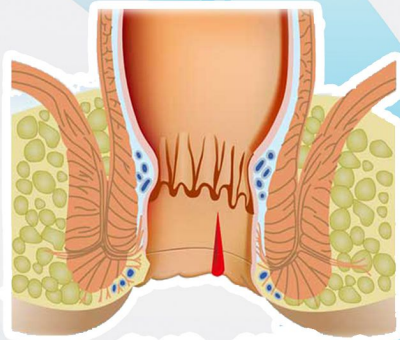




بیمارستان حضرت آیت ... العظمی گلپایگانی (ره)
مدیریت خدمات پرستاری و مامائی



فیشر آنال (شقاق مقعد)

Anal Fissure

تهیه کننده:

واحد آموزش به بیمار و ارتقاء سلامت همگانی

www.golpayegani-h.ir

۰۲۵ ۳۶۱۶۱۱۱۱

ناخن‌ها را دور نگه دارید.

ممکن است فیشرهای مقعدی، شما را مجبور به خارش کند. در برابر این تمایل، مقاومت کنید. زیرا کشیدن ناخن‌های تیز روی پوست حساس مقعد، می‌تواند بافت‌های زخمی را پاره کند؛ لذا تا جایی که امکان دارد از خارش موضع جداً خودداری کنید.

داخل وان آب گرم بنشینید.

آب گرم می‌تواند در شل شدن عضلات دریچه مقعدی مفید باشد و باعث کاهش ناراحتی و درد حاصل از فیشرها شود.

از خوردن بعضی غذاها خودداری کنید.

در حالی که هیچ غذایی، فیشر ایجاد نمی‌کند، بعضی از غذاها هنگام عبور از کانال مقعدی باعث ناراحتی و حساسیت می‌شوند. غذاهای پرادویه و داغ و غذاهای ترش و شور از این جمله‌اند.

خود را آرام تمیز کنید.

استفاده از کاغذ توالت زبر و پاک کردن بیش از حد، احتمال بروز فیشر را افزایش می‌دهد و روند التیام فیشرها را آهسته می‌کند. بنابراین به آرامی خود را تمیز کنید.

منبع:

پرستاری داخلی و جراحی، برونر و سودارت
راهنمای آموزش مددجو برای مراقبت در منزل، فاطمه علایی، ۱۳۸۸

راه‌های پیشگیری از ایجاد فیشر

پنجه از حمل چرواکی

با خوردن غذاهای فیبردار و مایعات از تشکیل مدفوع سخت جلوگیری کنید.

سوراخ مقعد هیچ‌گاه نمی‌تواند عبور مدفوع سفت و بزرگ را تحمل کند و در خود جا دهد. عموماً محصولات غذایی زندگی امروزی که فاقد فیبر هستند، باعث ایجاد مدفوع سخت می‌شوند.

راه حل: برای حرکت نرم مدفوع، رژیم پر فیبر و پر مایع مصرف کنید. خوردن میوه، سبزی، غلات کامل و شش تا هشت لیوان آب در روز، بهترین راه درمان و پیشگیری است.

مراقب اسهال باشید.

تنها مدفوع سفت و بیوست فیشرهای مقعد را بدتر نمی‌کند، بلکه اسهال نیز همین اثر را دارد. مدفوع اسهالی بافت‌های اطراف را نرم می‌کند و همچنین حاوی اسیدی است که می‌تواند مناطق آزرده مقعدی را بسوزاند.

وازلین را امتحان کنید.

خوردن غذاهای فیبردار می‌تواند باعث نرم شدن مدفوع شود؛ اما قبل از هر بار کار کردن شکم می‌توانید با چرب کردن از کانال مقعدی محافظت کنید. استفاده از وازلین تا ۲۵ / ۱ سانتی‌متر در

داخل مقعد می‌تواند عبور مدفوع را بدون وارد کردن هیچ آسیبی تضمین کند. در این زمینه حتماً با پزشک خود مشورت نمائید.





اصول مراقبت‌های پس از عمل جراحی

* درد پس از عمل:

درد موقع اجابت مزاج یکی از نگرانی‌های اکثر بیماران است. برای تسکین درد باید اصول زیر رعایت گردد:

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 پرفیبر (میوه‌جات فراوان و مصرف سبزیجات) توصیه می‌شود. لازم به ذکر است که پاسخ به مصرف فیبر به طور کامل، حدود ۱-۲ 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 بی‌حس کننده‌های موضعی 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 معمولی، شستشوی مقعد با آب گرم و پس از آن قرار گرفتن در لگن آب گرم به مدت ۱۰-۱۵ دقیقه انجام شود؛ لگن آب گرم برای تسکین درد قابل تکرار می‌باشد. پس از لگن آب گرم، استفاده مجدد از پماد بی‌حس کننده توصیه می‌شود. در مورد نحوه ی استفاده از پمادها حتماً با پزشک خود مشورت کنید.

* پانسمان

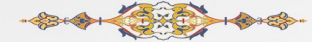
پانسمان محل جراحی معمولاً صبح روز بعد از عمل جراحی برداشته می‌شود و بعد از آن نیازی به پانسمان محل نمی‌باشد، تنها در هفته ی بعد از عمل جراحی بعد از هر بار اجابت مزاج از لگن آب گرم حاوی بتادین استفاده کنید.

* خونریزی

پس از عمل ممکن است برای چند روز ترشحات "خونابه‌ای" داشته باشید. اگر خونریزی شدید باشد باید به پزشک و یا اورژانس اطلاع دهید.



مراجعه کننده ی گرامی ضمن خوش آمد گویی به شما که این مرکز را جهت درمان خود انتخاب نموده اید. این راهنما جهت اطلاع رسانی به شما تهیه شده است.



فیشر آنال یا شقاق مقعد یک وضعیت بسیار دردناک است، که به صورت زخم‌هایی در مخاط ناحیه ی مقعد بروز می‌کنند. از مهمترین علائم این بیماری می‌توان به درد هنگام اجابت مزاج و گاهی نیز خروج چند قطره خون همزمان با اجابت مزاج اشاره نمود. سایر شکایات میتوانند شامل خونریزی، خارش و ترشح از مقعد باشد، که برای تشخیص و انتخاب نوع درمان حتماً باید به پزشک مراجعه شود.

علت بیماری:

علت این بیماری، ایجاد خراشیدگی در پوست مقعد به دنبال اسهال طولانی مدت یا یبوست است. علت اصلی شقاق مزمن یبوست و عبور مدفوع سفت و خشک از مقعد است. از علل دیگر میتوان به سابقه ی جراحی‌های مقعد، زایمان و سوء مصرف ملین‌ها اشاره کرد.

