

هموروئید چیست؟

هموروئید یا بواسیر، رگ‌های متورم و گشاد شده در ناحیه مقعد و رکتوم (انتهای روده بزرگ) هستند. این عارضه می‌تواند داخلی (درون رکتوم) یا خارجی (زیر پوست اطراف مقعد) باشد. هموروئیدها بسیار شایع هستند و می‌توانند باعث ناراحتی، درد، خارش و خونریزی شوند.

علل ایجاد هموروئید:

- فشار زیاد در ناحیه مقعد: مانند زور زدن هنگام دفع مدفوع، بیوست مزمن، اسهال مزمن، بارداری، چاقی و بلند کردن اجسام سنگین.
- افزایش سن: با افزایش سن، بافت‌های اطراف مقعد ضعیف‌تر می‌شوند.
- ژنتیک: احتمال ابتلا به هموروئید در افرادی که سابقه خانوادگی دارند، بیشتر است.
- نشستن طولانی مدت: نشستن طولانی مدت، به ویژه بر روی سطوح سفت.
- رژیم غذایی کم فیبر: رژیم غذایی کم فیبر می‌تواند باعث بیوست و زور زدن هنگام دفع مدفوع شود.

علائم هموروئید:

- خونریزی: خونریزی بدون درد هنگام دفع مدفوع، که ممکن است به صورت قطرات خون روی مدفوع یا در کاسه توالت دیده شود.
- درد و ناراحتی: به ویژه در هموروئیدهای خارجی یا ترومبوزه (هموروئیدهایی که در آنها لخته خون ایجاد شده است).
- خارش: در ناحیه مقعد.
- احساس توده یا برجستگی: در ناحیه مقعد، به ویژه در هموروئیدهای خارجی.
- احساس دفع ناقص: بعد از دفع مدفوع.

درمان هموروئید:

درمان هموروئید بسته به شدت علائم و نوع آن متفاوت است. روش‌های درمان شامل:

۱. درمان‌های خانگی و تغییر سبک زندگی:

- مصرف فیبر کافی: برای نرم کردن مدفوع و جلوگیری از بیوست.
- مصرف آب کافی: برای هیدراته نگه داشتن بدن و نرم کردن مدفوع.
- عدم زور زدن هنگام دفع مدفوع.
- استفاده از نشستن در آب گرم (حمام سیتز): برای تسکین درد و التهاب.
- استفاده از کمپرس سرد: برای کاهش تورم.
- اجتناب از نشستن طولانی مدت.
- اجتناب از مصرف غذاهای تند و محرک.

۲. درمان‌های دارویی:

- کرم‌ها و پمادهای موضعی: برای کاهش درد، خارش و التهاب.
- شیاف‌های ضد التهاب: برای تسکین علائم هموروئیدهای داخلی.

- مسکن‌ها: برای کاهش درد.
- ملین‌ها: برای جلوگیری از یبوست.

۳. درمان‌های غیر جراحی:

- **بستن با نوار لاستیکی (بندینگ):** برای هموروئیدهای داخلی که با این روش بافت هموروئیدی به مرور زمان خشک شده و از بین می‌رود.
- **اسکلروتراپی:** تزریق محلول شیمیایی به داخل هموروئید برای کوچک کردن آن.
- **انعقاد با لیزر یا مادون قرمز:** برای کوچک کردن هموروئید.

۴. درمان‌های جراحی:

- **هموروئیدکتومی:** جراحی برای برداشتن هموروئید، که برای هموروئیدهای بزرگ، دردناک یا مقاوم به درمان‌های دیگر استفاده می‌شود.
- **هموروئیدوپکسی با استاپلر:** روشی برای جراحی هموروئید داخلی که با استفاده از دستگاه استاپلر، بافت هموروئیدی به داخل مقعد کشیده می‌شود.

مراقبت‌های بعد از درمان:

- مصرف فیبر کافی و آب کافی.
- عدم زور زدن هنگام دفع مدفوع.
- استفاده از مسکن‌های تجویز شده توسط پزشک.
- رعایت بهداشت ناحیه مقعد.
- مراجعه منظم به پزشک برای پیگیری.