

❖ شقاق مقعد یا آنال فیشر چیست؟

وضعیتی بسیار دردناک است که حاصل زخم سطحی و یا پارگی در ناحیه پوشش سلولی مقعد است. شقاق به صورت یک خط طولی است که در نیمه تحتانی کلنال مقعد در ناحیه زیر خط دندانه ای ایجاد می شود و چون این ناحیه حسگرهای بسیار زیادی دارد، یک وضعیت فوق العاده دردناک را برای فرد بیمار ایجاد می کند.

❖ علل زمینه ساز:

- ضربه ناشی از عبور مدفوع سفت (یبوست) یا اسهال طولانی
 - زایمان
 - سابقه جراحی مقعد
 - سوء مصرف ملین ها
- شقاق به دو نوع حاد و مزمن تقسیم می شود. شقاقی که زیردوازده هفته طول کشیده باشد، شقاق حاد در نظر گرفته می شود.

❖ علائم:

درد شدید در هنگام اجابت مزاج، خون ریزی از مقعد در هنگام دفع مدفوع، ایجاد زائده پوستی در ناحیه زخم، خارش مقعد

❖ پیشگیری از ابتلا به شقاق

این بیماری مانند سایر بیماری های مقعد می تولند با روش های آسانی تا حدودی کنترل شود. از آنجا که بیماری های مقعد ارتباط مستقیمی با روده و معده دارند، رعایت سبک زندگی و تغذیه سالم می تواند شما را از ابتلا به فیشر در امان نگه دارد. داشتن تحرک و دوری از استرس می تواند شما را از یبوست و اسهال مکرر دور نگه دارد. لباس زیر نخی، گشاد و مناسب بپوشید

رژیم غذایی سرشار از فیبر و مصرف مایعات به مقدار لازم

❖ روش های درمان شقاق :

بسته به نوع شقاق روش های درمان آن نیز متفاوت می باشد. در برخی از موارد شقاق را می توان به وسیله درمان های خانگی برطرف کرد. اگر به تازگی دچار شقاق شده اید و در مرحله حاد آن قرار دارید، با استفاده از رژیم غذایی حاوی مواد غذایی فیبردار مانند کلم، کاهو، خیار، میوه جات، سبزیجات، خاکشیر، انجیر خشک که در آب خیسانده شده است همچنین با مراجعه به پزشک و دریافت یک نسخه ی دارویی می توان این بیماری را کنترل نمود. نشستن در آب ولرم نیز می تواند کمک کند. اما اگر هیچ یک از نسخه ها جواب ندهد و دچار فیشر مزمن شده اید بهتر است روش عمل جراحی را انتخاب نمایید. با جراحی قسمتی از اسفنگتر داخلی

جدا می شود و در نتیجه، فشار اسپاسم اسفنگتر کاهش یافته و زخم ترمیم می شود.

❖ چه مراقبت هایی پس از جراحی فیشر مقعد نیاز

است ؟

اکثر افرادی که این جراحی را انجام داده اند، متوجه کاهش یا از بین رفتن درد ناشی از شقاق مقعد بلافاصله یا طی چند روز بعد از جراحی شده اند. نگرانی از اجابت مزاج بعد از عمل جراحی کاملاً طبیعی می باشد.

❖ درمان

اولین قدم درمانی تجویز ملین هایی است که مدفوع را حجیم و شل می کنند و همراه با آن نشستن در لگن آب گرم را توصیه می کنیم. در این مرحله تجویز پماد آنتی فیشر (حاوی مواد بی حس کننده و مواد نرم کننده می باشد) یا ژل لیدوکائین می تواند کمک کننده باشد.

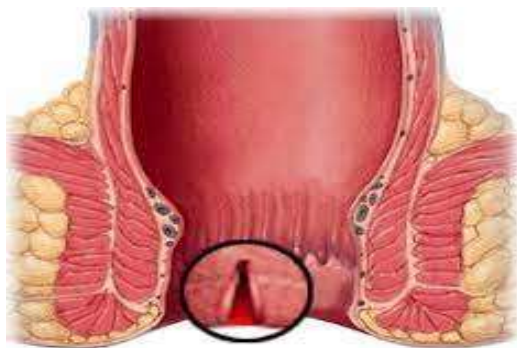
اغلب موارد شقاق حاد با چنین درمانی بهبود می یابند. در صورتی که پاسخ درمانی کافی گرفته نشد، یا شقاق از نوع مزمن بود، می توان از روش های دیگری استفاده کرد.

❖ آموزش های بعد از عمل

وقتی به بخش منتقل شدید، نباید از راه دهان چیزی بخورید؛ بعد از هوشیاری کامل و در صورت عدم تهوع با اجازه پزشک می توانید مصرف مایعات را شروع کنید. (ترجیحاً تا ۵ روز).



مرکز آموزشی درمانی، بیمارستان سینا شهرستان زرند



شقاق مقعد

گروه هدف: بیماران
واحد آموزش به بیمار

تاریخ بازنگری: زمستان ۱۴۰۳

۵= از مصرف صابون های معطر و محرک در ناحیه مقعد خودداری گردد.

۶= مصرف مکمل ملین با نظر پزشک منعی ندارد.

۷= توجه به میزان خواب و استراحت خود، در صورت

۸= احساس خستگی بیشتر استراحت نمایید، خواب کافی به بهبودی کمک خواهد نمود.

۹= همچنین پزشک، بیمار را از علایم طبیعی و غیر طبیعی بعد از عمل آگاه می نماید تا در صورت بروز نگران نشود اقدامات لازم را انجام دهد.

۱۰= از پوشیدن لباس تنگ و سفت و بستن کمربند خودداری کند.

۱۱= اگر چاق هستید، وزن خود را به طور معقول کاهش دهید.

۱۲= توصیه های پزشک معالج و پرستاران را در مورد مراقبت از خود به دقت انجام دهید.

۱۳- به یاد داشته باشید که در جراحی هموروئید و فیشر، تا ۲۰ روز خونریزی کم همراه با مدفوع طبیعی است و در صورت ادامه دار بودن خونریزی، باید به پزشک مراجعه نمایید.

منبع:

کتاب داخلی جراحی برونر سوارث ۲۰۱۸

به پهلوی بخوابید، به طور مرتب تغییر وضعیت داده و هرساعت یک ربع به رو شکم قرار گیرید.

معمولا قبل از ترخیص پانسمان ناحیه عمل برداشته می شود و لگن تمیزی محتوی آب گرم جهت التیام زخم در اختیار شما قرار داده می شود تا به مدت ۱۰ الی ۱۵ دقیقه در آن بنشینید.

❖ رژیم غذایی و مراقبت در منزل:

۱= رژیم غذایی پرفیبر و مصرف مایعات فراوان برای کمک به نرم شدن مدفوع و جلوگیری از یبوست که برای رد شدن راحت تر مدفوع از روی ناحیه ی زخم جراحی باید رعایت گردد. موادی مثل آلو، انجیر و خاکشیر می تواند کمک کننده باشد. غذاهای کم چرب مانند برنج ساده (به صورت کته)، مرغ کبابی، نان تست نرم و ماست مناسب تر است.

۲= حمام نشسته در لگن تمیز با آب ولرم مدت ده تا بیست دقیقه دو الی سه بار در روز به خصوص بعد از اجابت مزاج، سپس خشک کردن آن، به تمیزی ناحیه و آرامش عضلات کف لگن کمک می نماید.

۳= راه رفتن و پیاده روی با افزایش خونرسانی به کف لگن و جلوگیری از یبوست روند بهبودی و درمان را سریع تر می نماید.

۴= امکان دوش و حمام ایستاده از روز بعد عمل وجود دارد که بعد از آن باید ناحیه ی مقعد را به صورت کامل با یک حوله تمیز و مخصوص خشک نمایید.