



آیا شما مبتلا به شقاق مقعد هستید؟

پس این مطلب را حتما بخوانید.

گروه سنی : تمام گروه های سنی



تهیه کننده : گروه آموزش به بیمار مرکز

با تایید اساتید گروه جراحی عروق بیمارستان شهدای تجریش

بازبینی بهار ۱۴۰۴ - بازبینی مجدد سه سال بعد

خجالت کشیدن و شرم از بیان بیماری  
های ناحیه مقعد، ترس از عمل جراحی  
به علت اطلاعات ناصحیح و نگرانی از  
بستری شدن طولانی مدت در  
بیمارستان، از جمله عواملی هستند که  
منجر به مراجعه تاخیری و دیر هنگام  
افراد به پزشک و افزایش مشکل  
می گردد.

نظرات و پیشنهادات خود را با ما در میان بگذارید

- آدرس سایت : پرتال بیمارستان شهداء تجریش.
- آدرس پستی: تهران - م تجریش - خ شهرداری - بیمارستان شهداء تجریش.

منابع :

- Smeltzer S & etal . Textbook of Medical-Surgical Nursing ۲۰۲۲

## تغذیه درمانی:

😊 **فیبر :** فیبر در جلوگیری از بروز یبوست نقش موثری

دارد. غذای غنی از فیبر، حرکات روده را افزایش می دهد  
و به ایجاد مدفوع نرم و دفع راحت تر کمک می کند،

همچنین فیبر از فشار زیاد برای دفع جلوگیری

می نماید.



غذاهای غنی از فیبر :

➡ غلات کامل : برنج، ذرت، جو، گندم

➡ حبوبات : عدس، لوبیا، نخود و لوبیای سویا

➡ میوه ها و سبزیجات

😊 **مایعات فراوان :** حداقل ۸ لیوان مایعات در روز .



### درمان جراحی:

بطور کلی هر گاه علیرغم درمان طبی درد فیشر بمدت یک ماه باقی بماند و یا بعد از بهبود اولیه عود نماید اقدام به جراحی می شود. در صورت درد شدید نیز تصمیم به عمل جراحی سریعتر انجام می شود.

این عمل معمولاً با بی هوشی عمومی و یا بی حسی نخاعی انجام می شود.

### مراقبت بعد از عمل:

- ❖ رژیم پرفیبر با مصرف مایعات فراوان.
- ❖ استفاده از ملین در صورت لزوم.
- ❖ مسکن طبق تجویز پزشک.
- ❖ آنتی بیوتیک طبق تجویز پزشک.
- ❖ پیاده روی ، استحمام و نیز رانندگی بلامانع است.

### درمان:

#### درمان شقاق چند اصل مهم دارد :

#### ❖ درمان یبوست

- رژیم پر فیبر
- آب فراوان
- تحرک بیشتر (ورزش بیشتر)
- استفاده از ملین

#### ❖ کنترل درد

- استفاده از کرم های بیحس کننده
- استفاده از کرم های ضد التهاب

#### ❖ لگن آب گرم

- لگن حاوی آب گرم / ارتفاع آب حدود ۲۰ سانتیمتر / روزانه ۲-۳ بار و هر بار برای ۱۰-۲۰ دقیقه در آن بنشینید.

پارگی ، خراشیدگی، ترک و زخم در مقعد را شقاق یا فیشر گویند. این پارگی سبب انقباض عضله داخلی مقعد می شود و این خود سبب درد و افزایش عمق پارگی بر اثر کاهش خونرسانی به مقعد شده و زخم شدید می گردد.

#### علل ایجاد شقاق:

- ❖ یبوست
- ❖ اسهال طولانی
- ❖ زور زدن
- ❖ زایمان
- ❖ استفاده طولانی از ملین ها
- ❖ اختلالات روحی و روانی



#### علائم :

- ➡ درد مقعد
- ➡ دفع خون روشن در زمان دفع.
- ➡ خارش مقعد