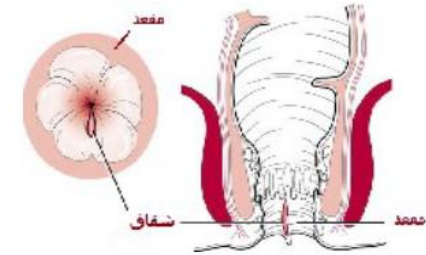


فیشر (شقاق)

به ترک یا شکاف در قسمت تحتانی مجرای مقعد شقاق گویند شقاق ممکن است به دلیل اضطراب پیوسته یا استفاده بیش از حد از ملینها و صدمه به مقعد و رکتوم بوجود آید.



علائم و نشانه های بیماری

- دفع دردناک مدفوع.
- سوزش، خارش و خونریزی پس از مدفوع
- **آموزشهای قبل از عمل**
- چند روز قبل از عمل رژیم سبک و سرشار از مایعات فراوان بنوشید.
- ۸ الی ۱۰ ساعت قبل از عمل ناشتا باشید.
- لاک ناخنهای خود را پاک کنید و هیچ گونه آرایشی نداشته باشید.
- شب قبل از عمل برای کاهش آلودگی و احتمال عفونت لازم است موهای اطراف ناحیه ی عمل را بتراشید و استحمام کنید.
- قبل از رفتن به اتاق عمل زیورآلات، اجسام فلزی گیره سر لنز و دندان مصنوعی خود را خارج کنید. کلیه ی

لباسها لباس زیر و جورابه های خود را در آورید و لباس مخصوص اتاق عمل بپوشید.

- قبل از خروج از بخش جراحی، ادرار خود را تخلیه کنید
- عمل جراحی ممکن است تحت بیهوشی عمومی بی حسی نخاعی و یا بی حسی موضعی انجام شود.

آموزشهای بعد از عمل

- پس از انتقال به بخش بدون اجازه ی پزشک و پرستار، چیزی ننوشید.
- با چرخش به پهلوها و حرکت دادن پاها، از خستگی ناشی از بی تحرکی، جلوگیری کنید.
- هنگام خروج از تخت به توصیه ی پرستار عمل کنید و تحت نظارت پرسنل، ابتدا لبه ی تخت نشسته و پاها را آویزان کنید و در صورت نداشتن سرگیجه راه بروید.
- دوش و لکن آب ولرم روز بعد از عمل ضروری است.
- توصیه میشود از ۱۲ ساعت بعد از عمل به مدت ۱ الی ۲ هفته ۳ الی ۴ بار در روز به مدت ۱۰ دقیقه در لگن آب ولرم بنشینید.
- استفاده از لگن آب گرم سبب کاهش درد و تورم شده و همچنین ناحیه ی مقعد را تمیز می کند.

مراقبت های بعد عمل جراحی

۱-نشستن در لگن آب ولرم ۳بار در روز هر بار ۲۰-۱۵ دقیقه برای مدت دو هفته

۲-شستشوی دقیق و زیاد داخل فیستول پس از هر بار اجابت مزاج در غیر این صورت باعث عود مجدد بیماری می شود

۳- مصرف دارو و مسکن توصیه شده توسط پزشک مصرف غذاهای پرفیبر مثل سبزیجات میوه جات تازه و مایعات فراوان جهت جلوگیری از یبوست که هنگام دفع به زخم فشار نیاورد و موجب آزار فرد نشود.

۴- از نشستن طولانی مدت خودداری شود

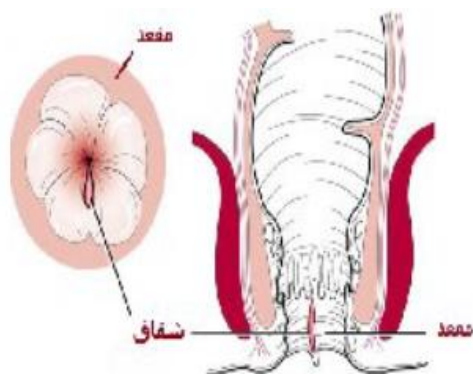
۵- هنگام ترخیص برگ نوبت پزشک جهت مراجعه بعد و خلاصه پرونده/ شرح و آموزش حین ترخیص را دریافت نماید و در مراجعات بعد به همراه داشته باشند

۶- نسخه دارویی را هرچه سریع تر بعد از ترخیص تهیه کنید و داروی تجویز شده را طبق دستور پزشک مصرف کنید و پس از یک هفته حتماً به پزشک مراجعه نمایید.

مراقبت در منزل

- درد و ناراحتی شما به هنگام دفع معمولاً بعد از یک ماه بر طرف میشود در این مدت می توانید جهت کنترل درد از مسکنهای تجویز شده توسط پزشک استفاده نمایید.
- آنتی بیوتیکها را به موقع و کامل مصرف کنید. در صورتیکه اضافه وزن دارید وزن خود را کاهش دهید.
- پیاده روی برای شما بسیار مفید است.
- برای جلوگیری از درد و تحریک به مدت طولانی ننشینید و رانندگی نکنید.
- هر وقت احساس دفع داشتید حتماً به دستشویی بروید و از حبس کردن مدفوع خودداری کنید. هنگام

فیشر مقعدی یا شقاق



۷- از برقراری رابطه جنسی مقعدی خودداری شود.

رژیم غذایی: برای رفع یبوست توصیه میشود که از رژیم غذایی پرفیبر (میوه ها و سبزیجات) استفاده کنید.

مایعات فراوان (حداقل ۸ لیوان در روز بنوشید. توصیه میشود که از غلات کامل (مانند: نان سبوس دار) حبوبات، سبزیجات میوه ها همراه با پوست و آجیل استفاده نمایید.

توصیه میشود که سبوس گندم را با یک قاشق مرباخوری در روز شروع (در ماست حل کنید) و به تدریج به ۴ الی ۶ قاشق غذاخوری افزایش دهید. از مصرف بیش از حد شیرینی و قهوه و شکلات اجتناب کنید.

از مسهل و ملین بدون تجویز پزشک استفاده نکنید برای نرم کردن مدفوع از روغن زیتون، آلو، انجیر برگه ی هلو خاک شیر و شیر سرد استفاده کنید.

نکات قابل توجه: توصیه میشود در صورت بروز عوارض بعد از عمل مثل خونریزی از مقعد ترشحات چرکی تب و یبوست به پزشک مراجعه کنید.

خونریزی به صورت قطره قطره بعد از انجام دفع طبیعی ولی خونریزی زیاد غیر طبیعی است.

اگر از محل عمل شما نمونه برداری شده لازم است نتیجه ی آزمایش را به پزشک خود نشان دهید تا با نظر پزشک ادامه ی درمان انجام گیرد.

انجام ویزیت های منظم و پیگیری درمان در روند بهبودی شما موثر است.

دفع مدفوع از زور زدن خودداری کنید، بعد از اجابت مزاج مقعد را با شامپو بچه به خوبی شستشو داده و با دستمال کاغذی نرم خشک کنید.

- به خودتان عادت بدهید تا برنامه ی دفعی منظمی داشته باشید.
- پانسمان زخم باید به گونه ای باشد که جلوی خروج ترشحات را نگیرد تنظیفی که برای پانسمان استفاده میشود باید تمیز باشد و لزومی به استریل بودن آن نیست.
- دو تا سه هفته بعد از عمل میتوانید فعالیتهای عادی خود را از سر بگیرید.
- تا بهبود کامل مقداری ترشح از زخم وجود خواهد داشت. برای جلوگیری از لک شدن لباس زیر بهتر است از پد استفاده کنید اگر موها شروع به رشد کنند لازم است آن را بتراشید تا از رشد مو بداخل زخم جلوگیری شود.
- دو تا سه هفته بعد از عمل میتوانید فعالیتهای عادی خود را از سر بگیرید.

راههای پیشگیری:

- ۱- نوشیدن ۸ تا ۹ لیوان آب در طول روز
- ۲- رژیم غذایی پرفیبر مثل میوه و سبزیجات تازه بدن شما را در بهترین وضعیت سلامتی قرار می دهد و از یبوست جلوگیری می کند.
- ۳- رعایت بهداشت فردی
- ۴- توجه به یبوست و درمان سریع آن
- ۵- انجام ورزش و تحرک کافی در طول روز
- ۶- از مصرف مواد مخدر نوشیدن های الکلی پرهیز شود

