

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 ملین ها و صدمه به مقعد و رکتوم بوجود آید .

علائم و نشانه های بیماری

- ✓ دفع دردناک مدفوع
- ✓ سوزش، خارش و خونریزی پس از مدفوع

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 لگن آب ولرم روز بعد از عمل ضروری است.
- 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 ۱۵ تا ۲۰ 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 میشود
- (۳) مصرف دارو و مسکن توصیه شده توسط پزشک مصرف غذاهای پرفیبر مثل: سبزیجات و 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 باشید.
- (۶) نسخه دارویی را هرچه سریعتر بعد از ترخیص تهیه کنید و داروی تجویز شده را طبق دستور پزشک مصرف کنید و پس از یک هفته حتما به پزشک مراجعه نمایید.

مراقبت در منزل

- درد و ناراحتی شما به هنگام دفع معمولا بعد از یک ماه بر طرف می شود، در این مدت می توانید جهت کنترل درد از مسکن های 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 حتما به دستشویی بروید و از حبس کردن مدفوع خودداری کنید. هنگام 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 می شود باید تمیز باشد و لزومی به استریل بودن آن نیست.



بیمارستان ۹ دی منظریه

فیشر / شقاق مقعد

کد پمفلت: SU-055

| شناسنامه پمفلت آموزشی | |
|-----------------------|-------------------|
| موضوع | فیشر / شقاق مقعد |
| تهیه کننده | واحد آموزش سلامت |
| تأیید کننده علمی | آقای دکتر کریمیان |
| سمت | جراح عمومی |
| تاریخ تهیه | تابستان ۱۴۰۳ |
| کد پمفلت | HE-bl(su)-055-01 |

رژیم غذایی

- برای رفع یبوست توصیه می شود که از رژیم غذایی پرفیبر (میوه ها و سبزیجات) استفاده کنید.
- مایعات فراوان، حداقل ۸ لیوان در روز بنوشید.
- توصیه می شود که از غلات کامل مانند: نان سبوس دار، حبوبات، سبزیجات و میوه ها همراه با پوست و آجیل استفاده نمایید.
- توصیه می شود که سبوس گندم را با یک قاشق مریاخوری 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.
- 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 می شود 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.

- 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 و 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 می توانید فعالیتهای عادی خود را از سر بگیرید.

راه های پیشگیری

- نوشیدن ۸ تا ۹ لیوان آب در طول روز
- رژیم غذایی پرفیبر مثل میوه و سبزیجات تازه بدن شما را در بهترین وضعیت سلامتی قرار می دهد و از یبوست جلوگیری میکند.
- رعایت بهداشت فردی
- توجه به یبوست و درمان سریع آن
- انجام ورزش و تحرک کافی در طول روز
- از مصرف مواد مخدر نوشیدنیهای الکلی پرهیز شود
- از برقراری رابطه جنسی مقعدی خودداری شود