

البواسير

البواسير عبارة عن تدلي وبزوغ الأوردة المحيطة بالشرج إلى الخارج مما يؤدي إلى التهابها وانتفاخها وتمزقها، وتعتبر من أكثر اضطرابات الشرج شيوعاً، وقد تحدث بسبب الضغط الذي يسلط عليها خلال عملية التبرز وبسبب الإمساك المتكرر أو المزمن.



أنواع البواسير

البواسير-الخارجية

يمكن أن ترى البواسير الخارجية بسهولة كطيات صغيرة بارزة من حواف فتحة الشرج وسببها تدلي وبروز الأوردة التي تحيط بالشرج من الخارج والتي تصبح متخثرة أو ملتهبة.

البواسير الداخلية

لا ترى بالعين عند الفحص وسببها بروز وتدلي الأوردة التي في بداية المستقيم إلى الخارج فوق فتحة الشرج.

أعراض البواسير

- ✚ يشكو المريض عادةً من تكرار نزول دم أحمر قاني متقطع عبر فتحة الشرج وألم شديد، وقد يسبب فقر الدم إذا كان مستمراً.
- ✚ تدلي الأوردة خارج فتحة الشرج بالإضافة إلى إفرازات مخاطية.
- ✚ ألم وحكة في منطقة الشرج.

الأسباب

- ١- الإمساك .
- ٢- نمط الحياة الخاص بالعمل كالجلوس أو الوقوف لفترة طويلة بالإضافة إلى نوعية الأكل التي تقل فيها الألياف وتكثر فيها البهارات.
- ٣- الشد على الشرج أثناء عملية الإخراج.
- ٤- الحمل والولادة.
- ٥- التقدم في العمر.
- ٦- السمنة.
- ٧- حمل أوزان ثقيلة.

للقاية من البواسير

١. تجنب الجلوس أو الوقوف لفترة طويلة .
٢. تقليل الشد أثناء عملية الإخراج وذلك ليقل تدلي الأوردة.
٣. المحافظة على نظافة منطقة الشرج وذلك بغسلها بالماء والصابون لمنع حدوث الالتهابات.
٤. تناول أغذية غنية بالألياف مثل الخبز الأسمر والفواكه والخضروات، والإكثار من الأغذية الغنية بالسوائل لتجنب الإمساك.
٥. عدم تأخير عملية الإخراج مهما كانت الأسباب، وذلك حتى لا يتصلب البراز فيضر بالأوردة ويسبب الإمساك.
٦. الرياضة وخاصة المشي لمدة نصف ساعة يوميا وهذا يزيد من حركة الأمعاء و ينشط الدورة الدموية.
٧. استعمال المغطس بالجلوس في ماء فاتر عدة مرات باليوم وذلك لتخفيف الألم والوقاية من حدوث الالتهابات في منطقة الشرج.

العلاج

- يهدف العلاج الطبي إلى التخفيف من الأعراض المصاحبة للبواسير وذلك باستخدام ما يأتي:
- المغاطس بالماء الفاتر لمدة ١٠ دقائق يوميا.
 - وضع المراهم الموضعية أو التحاميل الشرجية للمنطقة المصابة ولفترة محدودة.
 - إجراء عملية جراحية لإزالة البواسير(الوريد المنتفخ).

المراجع:

1. *Smeltzer. S & Bare. B “Medical Surgical Nursing”. 11th Edition, Lippincott, Philadelphia, 2008.*
2. www.seha.com
3. www.lahaonline.com