

درمان هموروئید خارجی و داخلی، علت، علائم و تشخیص

بواسیر (هموروئید) معمولاً به دلیل افزایش فشار روی سیاهرگ‌های لگن و ناحیه راست روده (رکتوم) بروز می‌یابد. به موازات افزایش فشار، انباشته شدن خون در سیاهرگ‌ها باعث ورم کردن آنها می‌شود و در نهایت سیاهرگ‌های متورم اطراف بافت کشیده می‌شوند و هموروئید ایجاد می‌شود. در این مقاله ابتدا به، علائم و نشانه‌ها پرداخته می‌شود و در پایان به راه‌های درمان بواسیر اشاره می‌شود. پزشک با توجه به شدت بیماری ابتدا از درمان هموروئید بدون جراحی کمک خواهد گرفت.

از جمله علائم بواسیر خونریزی هنگام دفع مدفوع، خارش و درد روده بزرگ رایج‌ترین علائم هموروئید محسوب می‌شوند. در ادامه علائم انواع این بیماری ذکر شده است:

هموروئید خارجی: درد راست روده عموماً همراه با بواسیر خارجی است. خون جمع شده در زیر پوست، توده یا برآمدگی دردناک و سختی را به وجود می‌آورد که با اصطلاح ترومبوزه یا بواسیر دلمه شده از آن یاد می‌شود. در این حالت بیمار مبتلا به هموروئید پس از دفع مدفوع گاهی اوقات رگه‌های خون را روی دستمال و یا کاسه توالت می‌بیند.

هموروئید داخلی: خونریزی راست روده رایج‌ترین علامت بواسیر داخلی است و بیمار رگه‌های خونی قرمز روشن را روی دستمال توالت یا خون قرمز روشن را روی کاسه توالت پس از اجابت مزاج می‌بیند. همچنین گاهی اوقات خون روی سطح مدفوع نیز دیده می‌شود. دیگر علائم بواسیر داخلی عبارت‌اند از:

خارش: اکثراً جزء علائم بواسیر خارجی می‌باشد، چون این عارضه غالباً با ترشح مخاط همراه است که باعث تحریک پوست مقعد و در نتیجه خارش می‌شود.

سوزش پوست: بواسیرهای بزرگ بیرون زده از مقعد چون با ترشح مخاط همراه هستند، تحریک و سوزش ملایم پوست را به دنبال دارند.

احساس ناراحتی: گاهی بیمار پس از دفع مدفوع احساس می‌کند که تخلیه کامل صورت نگرفته است. این احساس ناراحت کننده از برجستگی بواسیر در بخش انتهایی روده بزرگ و مجرای مقعدی نشأت می‌گیرد. در کل هر چه هموروئید بزرگتر باشد، ناراحتی بیمار بیشتر است.

درد: اکثر هموروئیدها دردناک نیستند، اما بواسیرهای بزرگ بیرون زده از مقعد، در صورت ورم کردن و فشرده شدن توسط عضله‌های کنترل کننده مقعد، دردناک می‌گردند. درد شدید گاهی نشانه‌ی نرسیدن خون به هموروئید (بواسیر مختنق) است که باید به سرعت درمان شود. درد و خونریزی راست روده و تغییر یافتن عادات‌های روده‌ای که مدت زمان زیادی از آن نگذشته است از علائم سرطان مقعد، راست روده و روده بزرگ نیز به شمار می‌روند. در صورت مواجه شدن با این علائم، به ویژه اگر بیش از ۵۰ سال دارید یا در خانواده سابقه ابتلا به سرطان روده بزرگ وجود دارد، حتماً در اولین فرصت به پزشک مراجعه کنید تا بهترین درمان بواسیر و یا مشکل دیگری که ممکن است به آن مبتلا باشید را برایتان تجویز نماید.

علت:

از جمله علت بواسیر می‌توان به عادات‌های روده‌ای افزایش دهنده فشار و دامن زنده به هموروئید زیر اشاره کرد:

عجله کردن هنگام اجابت مزاج باعث کشیدگی مضاعف می‌شود و فشار روی سیاهرگ‌های راست روده را افزایش می‌دهد.

اسهال یا یبوست مداوم باعث کشیدگی و افزایش فشار روی سیاهرگ‌های مجرای مقعدی می‌شود.

اضافه وزن: وزن اضافی، به ویژه در شکم و لگن، فشار روی سیاهرگ‌های لگن را افزایش می‌دهد.

حاملگی و بعد از زایمان: تغییرات هورمونی دوران بارداری جریان خون را در لگن افزایش می‌دهد و بافت‌های نگهدارنده را شل می‌کند، در این بین جنین در حال رشد فشار بیشتری را به رگ‌های خونی وارد می‌کند. در طول زایمان، بواسیر به دلیل فشار شدید روی ناحیه مقعدی هنگام زور زدن برای خارج شدن نوزاد ایجاد می‌شود.

بیماری: عارضه‌هایی مانند بیماری قلبی و کبدی طولانی مدت گاهی تجمع خون در ناحیه لگن و شکم و در نتیجه بزرگ شدن سیاهرگ‌ها را به دنبال دارد که ممکن است علت این بیماری باشند و نیاز به درمان بواسیر داشته باشد.

بانوان در حاملگی به دلایل گوناگون بیشتر مستعد ابتلا به بواسیر (هموروئید) و همچنین اتساع سیاهرگ‌های پا و حتی فرج هستند. رحم در حال بزرگ شدن به سیاهرگ‌های لگن و بزرگ سیاهرگ زیرین یعنی سیاهرگ بزرگی فشار می‌آورد که در سمت راست بدن واقع است و خون پایین تنه را دریافت می‌کند و به قلب می‌رساند. در نتیجه‌ی این فرایند، بازگشت خون از نیمه راست پایین تنه آهسته می‌شود و فشار روی سیاهرگ‌های زیر رحم افزایش می‌یابد و به تورم یا اتساع بیشتر آنها می‌انجامد.

یبوست، دیگر مشکل رایج در حاملگی است که منجر به بروز بواسیر یا تشدید آن می‌شود، چون حرکت سخت و دشوار روده یا اجابت مزاج مشکل، باعث کشیدگی و افزایش فشار یعنی علت اصلی هموروئید می‌شود. هموروئید در دوران بارداری، به ویژه در سه ماه آخر، درصد شیوع بالایی دارد. برخی بانوان باردار نخستین بار در طول این دوران به این عارضه مبتلا می‌شوند؛ اما عده‌ای دیگر که پیش از این دچار بواسیر شده‌اند، به احتمال زیاد در طول این نه ماه نیز بار دیگر این مشکل را تجربه خواهند کرد. ضمناً بواسیر گاهی اوقات هنگام زور زدن در زایمان نیز ایجاد می‌شود و یکی از عارضه‌های رایج و زود هنگام بعد از زایمان به شمار می‌رود. هموروئید در بارداری در اکثر موارد اندکی پس از زایمان شروع به بهبود یافتن می‌کند و نیاز به درمان بواسیر جدی ندارد، به ویژه اگر بیمار نکته‌های لازم جهت پیشگیری از یبوست را رعایت کند.

تشخیص

پزشک علائم بواسیر را برای حذف احتمال ابتلا به مشکلاتی جدی‌تر ارزیابی می‌کند. بعضی از عارضه‌های تأثیرگذار بر مقعد و روده بزرگ (کولون) خونریزی، ترشح مخاط، خارش و ناراحتی را در پی دارند. اکثر افراد هنگام مواجهه با این علائم بی‌درنگ فکر می‌کنند که مشکل هموروئید دارند حال آن که غالباً به عارضه‌های دیگر مبتلا شده‌اند. پزشک در صورت وجود مشکل، پس از بررسی اندازه و محل آن، برنامه درمانی را بر مبنای شدت بواسیر تهیه می‌کند.

تشخیص هموروئید بر اساس سابقه پزشکی و معاینه فیزیکی صورت می‌گیرد. آندوسکوپی تنها آزمایش‌های ضروری ابتدایی هستند و پزشک پس از مشاهده نتایج آنها در صورت لزوم تصمیم به انجام آزمایش‌های دیگر می‌گیرد. چنانچه بواسیر علت آشکار خونریزی راست روده باشد، سن بیمار کمتر از ۵۰ سال باشد و احتمال ابتلا به سرطان روده بزرگ وجود نداشته باشد، نیاز به انجام آزمایش‌های بیشتر نخواهد بود. به منظور اطمینان یافتن از این که عارضه‌های دیگری مانند سرطان روده بزرگ باعث بروز علائم و نشانه‌ها نشده‌اند، معمولاً آزمایش‌های زیر انجام می‌شود:

سیگموئیدوسکوپی انعطاف‌پذیر: پزشک به کمک این آزمایش می‌تواند درون مقعد، راست روده و بخش پایینی روده بزرگ (کولون) را ببیند و وجود زائده‌های غیرطبیعی، گوشت اضافه و دیگر نشانه‌های بیماری را بررسی کند.

کولونوسکوپی: پزشک به کمک این آزمایش می‌تواند لایه داخلی روده بزرگ (راست روده و کولون) را، با استفاده از لوله‌ی باریک انعطاف‌پذیری موسوم به کولونوسکوپ برای دیدن روده بزرگ، بررسی کند و از وجود تومورها، پولیپ‌های روده بزرگ، زخم‌ها و نواحی دارای التهاب یا خونریزی مطلع شود.

درمان

چنانچه یبوست علت هموروئید باشد، رژیم غذایی باید به گونه‌ای باشد که عمل دفع به صورت منظم انجام شود و مدفوع نرم باشد تا هنگام اجابت مزاج فشاری وارد نشود. به این منظور می‌توان برای درمان بواسیر میزان فیبر رژیم غذایی را با خوردن منابع‌های غنی از فیبر مانند نان سبوس‌دار، میوه، سبزی و حبوبات افزایش داد. همچنین بیمار باید آب فراوان بنوشد و از مصرف کافئین (موجود در چای، قهوه و نوشابه) اجتناب کند.

رعایت توصیه‌های زیر هنگام اجابت مزاج مفید است:

به خود فشار نیاورید و عجله نکنید، چون ممکن است موجب وخیم‌تر شدن بواسیر شوید. پس از عمل دفع، به جای دستمال توالت خشک از دستمال توالت مرطوب یا پاک‌کننده‌های نوزادان استفاده کنید. اطراف مقعد را به آرامی پاک کنید و دستمال را با خشونت روی این ناحیه نکشید.

دارو

پماد آنتی هموروئید، کرم‌ها و شیاف‌های گوناگون را می‌توان برای برطرف کردن تورم و ناراحتی بدون تجویز پزشک از داروخانه تهیه کرد. این داروها را نباید بیش از ۵ تا ۷ بار در روز مصرف کرد؛ چون در صورت استفاده بیشتر، پوست حساس اطراف مقعد را تحریک می‌کنند. هر گونه داروی درمان قطعی بواسیر را باید در کنار رژیم غذایی مناسب و رعایت نکته‌های

اشاره شده در بالا مصرف کرد. هیچ دلیل و مدرکی دال بر کارآمدتر بودن یک روش درمان هموروئید بر روش دیگر در دست نیست؛ بنابراین با پزشک داروساز در مورد مناسب بودن هر یک از داروها با توجه به شرایط خاص خود مشورت کنید و همواره بروشور حاوی اطلاعات مربوط به دارو (موجود در جعبه دارو) را پیش از مصرف آن مطالعه کنید. هرگز چند فرآورده دارویی مخصوص درمان بواسیر را به صورت همزمان مصرف نکنید.

پماد کورتیکواستروئید: پزشک عمومی در صورت التهاب شدید داخل و اطراف مقعد، پماد کورتیکواستروئید حاوی استروئید را تجویز می‌کند. استعمال بیش از هفته‌ای یکبار این پماد برای درمان بواسیر به دلیل تأثیر آن بر نازک شدن پوست اطراف مقعد و تحریک و سوزش بیشتر پوست مجاز نیست.

مسکن‌ها: مسکن‌های رایجی مانند پاراستامول درد بواسیر را تسکین می‌دهد، با این حال، بهتر است از مصرف مسکن‌های حاوی کدئین به دلیل بروز بیوست خودداری کرد. احتمال دارد پزشک عمومی فرآورده‌های حاوی داروی بی‌حسی موضعی (مسکن‌ها) را برای درمان بواسیر دردناک تجویز کند. این داروها را نیز باید مانند پمادهای موضعی غیرتجویزی تنها برای چند روز مصرف کرد، چون پوست اطراف مقعد را حساس‌تر می‌کنند.

ملین‌ها: پزشک در صورت بیوست داشتن بیمار، ملین تجویز می‌کند که نوعی دارو است که تخلیه روده را آسان‌تر می‌کند و به درمان هموروئید کمک می‌کند..

درمان با لیزر

گاهی اوقات درمان بواسیر با لیزر صورت می‌پذیرد. در طول این فرایند درمانی، با استفاده از وسیله مخصوصی که نور لیزر از آن ساطع می‌شود بافت هموروئید سوزانده می‌شود و خون‌رسانی آن قطع می‌گردد. عمل مشابهی را می‌توان با بهره‌گیری از جریان برق به جای نور لیزر برای درمان هموروئید انجام داد که از آن با اصطلاح برق‌درمانی یاد می‌شود.

جراحی

اگر چه در اکثر موارد درمان بواسیر با روش‌های بدون جراحی می‌باشد، برای درمان یک مورد از هر ۱۰ مورد هموروئید به ناچار به جراحی روی آورده می‌شود. جراحی به ویژه برای مواردی مفید است که زیر خط دندانه ایجاد شده‌اند، چون هنگام جراحی، برخلاف درمان هموروئید غیرجراحی، برای این که بیمار متحمل درد نشود از داروی بی‌حسی استفاده می‌شود.

جراحی درمان بواسیر گونه‌های مختلف متعدد دارد، اما تمام آنها معمولاً شامل برداشتن هموروئید یا کاهش خون‌رسانی به آن جهت کوچک کردنش می‌شوند.

پیشگیری

به منظور پیشگیری از سوزش و دیگر علائم بواسیر می‌توانید نکات زیر را انجام دهید:

گنجاندن میوه، سبزی، حبوبات و غلات، مواد سرشار از فیبر، در رژیم غذایی روزانه.

نوشیدن مایعات به اندازه‌ای که ادرار به رنگ زرد روشن یا شفاف مانند آب باشد.

سعی کنید هر هفته حداقل دو ساعت ونیم فعالیت متوسط یا یک ساعت و ربع فعالیت شدید داشته باشید. ورزش کردن در بازه‌های زمانی ده دقیقه‌ای یا بیشتر در طول روز و هفته بسیار مفید است.

مصرف مکمل‌های فیبری مانند سیتروسل یا متاموسیل نیز به کاهش علائم و درمان هموروئید کمک می‌کند. این مکمل‌ها را می‌توان در صورت لزوم هر روز مصرف کرد، در ابتدا از مقادیر اندک شروع کنید و سپس به آهستگی مقدار دارو را طی یک ماه یا بیشتر افزایش دهید.

ایجاد عادت‌های روده‌ای سالم نیز به کاهش علائم بیماری هموروئید کمک می‌کند. از جمله این موارد عبارتست از:

رفتن به دستشویی در صورت احساس دفع و به تأخیر نینداختن دفع

عجله نکردن و فشار نیاوردن هنگام اجابت مزاج. آرام باشید و اجازه دهید فرایند دفع روند طبیعی خود را طی کند.

حبس نکردن نفس هنگام دفع

به محض اتمام دفع بلند شوید، نشستن طولانی مدت در بروز بواسیر بی‌تأثیر نیست.

تعدیل فعالیت‌های روزانه نیز به درمان هموروئید کمک می‌کند. در این باره به موارد زیر می‌توان اشاره کرد:

پرهیز از نشستن یا ایستادن طولانی مدت. انجام پیاده‌روی‌های کوتاه و مکرر در طول روز برای ایجاد وقفه در حالت نشسته یا ایستاده.

در صورت امکان از بلند کردن مکرر اشیاء سنگین خودداری کنید. اگر مجبور به بلند کردن اشیاء سنگین هستید، هیچگاه نفس خود را هنگام بلند کردن اشیاء حبس نکنید و همواره عمل بازدم را حین انجام این حرکت انجام دهید.

اگر باردار هستید، به پهلو خوابید تا فشار کمتری به رگ‌های خونی لگن وارد شود و بواسیر بزرگتر نشود.

درمان بواسیر خارجی و داخلی در اکثر موارد بدون جراحی از جمله درمان با لیزر امکان پذیر می‌باشد. بیماری هموروئید برای بانوان به ویژه بعد از زایمان طبیعی ممکن است بروز نماید. در مراحل اول درمان پزشک از داروها و پماد آنتی هموروئید استفاده می‌کند. علت بواسیر هر چه باشد باید حتی قبل از درمان هموروئید خانگی و درمان گیاهی آن به پزشک مراجعه کنید.