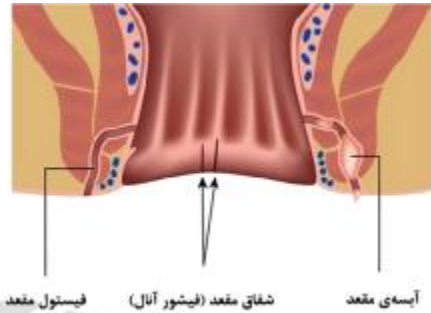


فیستول آنال

استفاده از سالاد همراه با روغن زیتون ترجیحاً بدون سس
ج- احساس فوریت در اجابت مزاج را جدی بگیرند
د- تجویز مسکن جهت کاهش درد هنگام دفع مدفوع به خصوص در موارد
حاد یبوست



کاهش اضطراب:
الف- استفاده از ورزشهای مناسب در طول روز جهت کاهش اضطراب و افزایش حرکات روده
ب- پیاده روی در طول روز حداقل 20 دقیقه در روز بخصوص در اماکن سبز و نشاط آور مثل پارک
ج- حداقل 10 دقیقه در روز، جهت کاهش اضطراب در یک اتاق آرام کاملاً خود را ریلکس کرده و به هیچ مورد فکر نکنید و تنها به آرامش و سکون بیاندیشید.

تسکین درد:
موارد زیر بعد از جراحی توصیه می شود:
- در یک پوزیشن راحت و ریلکس قرار بگیرید به طوری که روی ناحیه جراحی فشار وارد نیاید.
- در هنگام نشستن حتماً از پدهای شن و یا یک بالش کوچک در زیر باسن استفاده نمایید.
- کمپرس گرم نیز باعث بهبود جریان خون در ناحیه جراحی شده می شود و بافت های تحریک شده را سریع تر التیام می بخشد.
- حمام لگن را 3-4 بار در روز انجام دهید در یک لگن آب ولرم ریخته و به اندازه یک قاشق بتادین به آن اضافه نمائید و آب ولرم و بتادین را کاملاً با هم مخلوط نمائید و لگن را روی توالت فرنگی و یا یک صندلی قرار دهید و به مدت 20 دقیقه داخل آن بدون هیچ پوششی بنشینید این کار را سه تا چهار بار در روز ادامه دهید.
- 24 ساعت بعد از جراحی استفاده از بی حس کننده های موضعی مثل لیدوکائین، شیاف ها، آرام بخش ها و ضد استفراغ ها مانعی ندارد. البته در این مورد حتما طبق دستور پزشک محترم عمل نمایید.

تامین دفع ادرار:
دفع ادرار شما پس از جراحی به علت اسپاسم اسفنکتر خروجی مثانه و گرفتگی عضلات ناشی از درد و ناراحتی ممکن است با مشکل مواجه شود.



تهیه کننده: واحد آموزش
تأیید کننده: مدیر گروه جراحی
تاریخ تدوین: 98/7/8
تاریخ بازنگری بعدی: 99/7/8
ویرایش: 00
کد: ATH-PSY/ED-110
منبع: جراحی عمومی برونر/سودارث

فیستول آنال

به مجرای باریک لوله ای که یک سوراخ آن داخل رکتوم و یک سوراخ آن روی پوست اطراف مقعد قرار دارد گفته می شود که معمولاً به دنبال آبسه های پری آنال (اطراف مقعد) اتفاق می افتد، که یا درمان نشده یا بیمار دیر مراجعه کرده است.

علامت آن به صورت خروج ترشح خونی و چرکی از سوراخ کنار مقعد است که گاهی اوقات با درد مختصر تیر کشنده همراه است.

در موارد ابتلاء به بیماری، ابتدا مراجعه به جراح لازم و اقدامات زیر قبل از آمادگی برای جراحی لازم است:

اقدامات ضروری و مهم در افرادی که دچار فیستول آنال می شوند:

- بر طرف کردن یبوست
- کاهش اضطراب
- تسکین درد در قبل و بعد از جراحی
- تامین دفع ادرار

اقدامات لازم جهت مراقبت از خود در منزل پس از جراحی

بر طرف کردن یبوست:

الف- مصرف حداقل 2 لیتر آب در روز
ب- استفاده از غذاهای پر فیبرو پر باقیمانده مثل کاهو، سبزیجات فراوان،

جهت جلوگیری از این امر به این موارد توجه فرمائید:

- راه رفتن بعد از هوشیاری کامل
 - استفاده از مایعات فراوان (حداقل 2 لیتر آب در روز)
 - گوش دادن به صدای ریزش آب در توالت
 - ریختن آب روی ناحیه ژنیتال به صورت قطره به قطره
 - استفاده از کمپرس گرم روی ناحیه مثانه با استفاده از کیسه آب گرم
- در صورتی که با موارد فوق دفع ادرار نداشتید شما طبق دستور پزشک مجبور به دفع ادرار از طریق سونداژ می باشید.

مراقبت های مورد نیاز شما در منزل:

- 1- حتماً ناحیه مقعد خود را پس از هر بار دفع با آب گرم بشوئید و خشک کنید و سپس از پدهای جاذب رطوبت در آن منطقه استفاده نمایید.
- 2- از کشیدن دستمال توالت روی پوست ناحیه مقعد خودداری نمایید.
- 3- استفاده از حمام لگن 3-4 بار در روز، این کار را تا 2 هفته بعد از جراحی می توانید ادامه دهید.
- 4- رژیم غذایی را طبق موارد گفته شده رعایت کنید و از مایعات فراوان استفاده نمایید.
- 5- 2 هفته اول بعد از جراحی ورزش در حد متوسط توصیه می شود.
- 6- تا یک هفته رانندگی نکنید و روی ناحیه فشار وارد نیاورید.

همه موارد فوق طبق صلاحدید پزشک مربوطه اجرا شود



طراحی و چاپ: روابط عمومی بیمارستان آتیه
آدرس: تهران، شهرک غرب، تقاطع بلوار فرحزادی و شهید دامن
تلفن بیمارستان: 82721
فاکس بیمارستان: 88086095
سایت بیمارستان: www.atiehhospital.ir