

بی اختیاری مقعدی چیست ؟

بی اختیاری دستگاه گوارش عبارت است از عدم توانایی در کنترل دفع گاز یا دفع مدفوع. به عبارت دیگر بی اختیاری به معنی عدم توانایی در نگاه داشتن مدفوع یا گاز تا سرویس بهداشتی است و باعث کثیف شدن لباس زیر بدون آگاهی می شود.

بی اختیاری مدفوع یکی از شایعترین مشکلات ناتوان کننده اجتماعی و روانی افراد جامعه می باشد که باعث کاهش اعتماد به نفس بیماران می شود. این بیماران نباید مشکل خود را مخفی کنند چرا که امروزه درمان های بسیاری برای آن وجود دارد .

چه عواملی باعث افزایش بروز بی اختیاری مقعد می شود؟

اسهال شدید، آسیب شدید ماهیچه مقعد در زایمان طبیعی سخت، سابقه جراحی در این ناحیه و یا جراحی قبلی مانند بواسیر، بیماری مزمن و قدیمی، آسیب ماهیچه مقعد در زمینه رابطه جنسی ناخواسته از طریق مقعد، یبوست (زور زدن و فشار طولانی برای دفع مدفوع).

روش های تشخیص:

- گرفتن شرح حال دقیق از بیمار

- بررسی ساختاری و عملکردی این ناحیه

- معاینه با روش هایی مانند: ام آر آی (MRI)، سیگموئیدسکوپی، کولونوسکوپی، مانومتري و سونوگرافی

روش های درمان :

۱- در مراحل اولیه رعایت رژیم غذایی است . درمان رژیم غذایی شامل دو گروه افراد مبتلا به اسهال و یبوست می باشد.

در موارد یبوست روزانه ۱۵-۱۰ لیوان آب توصیه می شود. در طول روز دو عدد میوه متوسط، دو عدد گوجه یا خیار و یک بشقاب سالاد میل نمایید. مصرف کشمش، انجیر شده در آب و استفاده از نان های سبوس دار (بربری و سنگک) توصیه می شود. در طول روز در حد امکان سبزیجات مصرف شود.

در موارد اسهال مصرف سبوس ممنوع است. مصرف موز، سیب و هویج توصیه می شود. مصرف میوه هایی مانند آلو و انجیر توصیه نمی شود و شیر و بستنی ممنوع است.

در بیماران با بی اختیاری، کاهش حجم غذا و مصرف غذا در وعده های بیشتر به کنترل بی اختیاری کمک می کند.

مواردی که بیشتر باعث بی اختیاری می

شود:

مواد حاوی شیر، پنیر و بستنی، کافئین، گوشت دودی شده، مواد ادویه دار، الکل و سیگار، غذا های چرب، میوه هایی مانند سیب، هلو، گلابی.

۲- درمان دارویی : در موارد اسهال از دارو های کاهنده حرکت روده لوپرامید و دیفنوکسیلات می توان استفاده کرد همچنین از ترکیبات قوام دهنده مدفوع که با حجیم کردن مدفوع باعث کاهش اسهال می شوند نیز می توان استفاده کرد.

۳- بیوفیدبک

۴- تحریک الکتریکی مقعد

۵- جراحی: جراحی شامل ترمیم ماهیچه پاره شده مقعد (اسفنکتروپلاستی)

اقدامات قبل از عمل جراحی :

پس از معاینه و تکمیل پرونده، بیمار یک روز قبل از عمل جراحی در بخش بستری می شود و دارو هایی جهت تمیز شدن روده به بیمار داده می شود. به بیمار توصیه می شود تا جهت بهتر تمیز شدن روده مایعات فراوان مصرف کند. از ۶ ساعت قبل از عمل بیمار نباید چیزی بخورد. ناحیه عمل تمیز و تراشیده شده باشد.



دانشگاه علوم پزشکی شیراز



مرکز آموزشی درمانی شهید دکتر فقیهی

بی اختیاری مقعدی چیست؟

ویژه آموزش به بیمار

تهیه کننده:

فاطمه گنجی - کارشناس پرستاری

تایید کننده :

دکتر علی محمد بنان زاده

(متخصص جراحی عمومی، فلوشیپ کولورکتال)

منابع:

پرستاری داخلی جراحی برونر سوارث ۲۰۱۸

تابستان ۱۴۰۰

EDU-PT-78/B

۴) ناحیه عمل خشک نگه داشته شود (مرطوب نباشد).
۵) از زور زدن هنگام اجابت مزاج خودداری شود و بیشتر از ۲ دقیقه در دستشویی نماند.

۶) از خوردن غذا های نفاخ و غذا هایی که باعث ایجاد یبوست می شود مانند (عدس، نخود، لوبیا، انار، فلفل دلمه ای، موز و کلم) خودداری شود.

۷) بیمار غذا های نرم مصرف کند تا دفع راحت داشته باشد.

۸) غذا های پر فیبر مانند سبزیجات و میوه جات مصرف کند.

۹) به خوبی پیاده روی داشته باشد.

۱۰) مایعات فراوان مصرف کند .

۱۱) دارو ها به موقع و سر ساعت مصرف شود .

۱۲) ورزش های مخصوص مقعد (انقباض و انبساط) که دو هفته بعد از عمل پزشک به شما آموزش می دهد انجام دهید.

اقدامات پس از عمل جراحی:

پس از انجام این عمل ممکن است به مدت ۳ روز برای شما لوله ادراری گذاشته شود. تا چند روز بعد از عمل (معمولا ۳ روز) ناحیه عمل باید خشک و تمیز نگه داشته شود. بیمار تا ۳ روز نباید چیزی بخورد. برای بیمار پماد هایی تجویز می شود و به آن آموزش داده می شود که پس از شستشو و تمیز کردن ناحیه ی عمل به خوبی خشک شده و از پماد ها استفاده شود. ناحیه عمل هر روز توسط پزشک از نظر خونریزی و کبودی چک می شود. بعد از ۳ روز با تشخیص پزشک برای بیمار غذا شروع می شود به بیمار آموزش داده می شود که در لگن آب ولرم (حمام نشیمنگاه) بنشیند و پس از آن زخم را به خوبی شستشو دهد. در صورت اجابت مزاج عادی، بیمار با دستور پزشک مرخص می شود.

رعایت نکات زیر پس از ترخیص در بهبود

شما مؤثر است:

۱) پس از مرخص شدن در تاریخ تعیین شده جهت ویزیت پزشک مراجعه کنید.

۲) ناحیه عمل را به خوبی تمیز و پاکیزه نگه دارید.

۳) جهت جلوگیری از خشک شدن زخم و بخیه ها، بیمار روزی ۳ بار در لگن آب ولرم بنشیند.