

همه چیز درباره بواسیر و راه‌های درمان

29 تیر 1404

در دنیای امروز که نشستن‌های طولانی مدت پشت میز کار یا رانندگی به بخشی جدایی‌ناپذیر از سبک زندگی بسیاری از افراد تبدیل شده، مشکلات ناحیه نشیمنگاهی نیز بیش از پیش رواج یافته‌اند. در میان این مشکلات، بیماری بواسیر (هموروئید) یکی از شایع‌ترین و البته نادیده‌گرفته‌شده‌ترین ناراحتی‌هاست.

بیماری‌ای که گاهی آن‌قدر آزاردهنده می‌شود که حتی نشستن ساده را هم به تجربه‌ای دردناک تبدیل می‌کند. اگرچه بسیاری از افراد در مراحل اولیه علائم را جدی نمی‌گیرند یا از بیان آن شرم دارند، اما واقعیت این است که بواسیر مشکلی قابل‌کنترل و در بیشتر موارد قابل‌درمان است. شناسایی به‌موقع علائم، اصلاح سبک زندگی، و استفاده از روش‌های درمانی صحیح، می‌تواند از پیشرفت این بیماری جلوگیری کند. در این مقاله تلاش شده است تا نگاهی علمی، بی‌طرف و قابل‌فهم به ماهیت بیماری بواسیر، دلایل بروز آن، روش‌های درمانی و راهکارهای مراقبتی انداخته شود. همچنین، به این پرسش مهم پاسخ داده می‌شود که بواسیر چیست و چطور می‌توان با آن مقابله کرد.

بواسیر چیست؟

بواسیر، که در زبان پزشکی با نام هموروئید (Hemorrhoid) شناخته می‌شود، یکی از رایج‌ترین اختلالات ناحیه نشیمنگاهی است که در اثر گشاد شدن یا التهاب رگ‌های خونی اطراف مقعد یا راست‌روده به وجود می‌آید. این بیماری در هر سنی ممکن است بروز کند، اما در میان افراد بالای ۴۰ سال، زنان باردار، افرادی با یبوست مزمن یا شغل‌های کم‌تحرک شیوع بیشتری دارد.

بواسیر به‌طور کلی به دو نوع تقسیم می‌شود:

۱۴۴ **بواسیر داخلی:** در داخل کانال مقعد ایجاد می‌شود و معمولاً بدون درد است. ممکن است تنها علامت آن، خون‌ریزی هنگام دفع باشد.

۲۴۴ **بواسیر خارجی:** در ناحیه خارجی مقعد ظاهر می‌شود و ممکن است با درد، التهاب، خارش و گاهی ایجاد توده‌ای حساس همراه باشد. در برخی موارد، لخته شدن خون در این ناحیه باعث ایجاد بواسیر ترومبوزه (لخته‌دار) می‌شود که درد شدیدی به دنبال دارد.

از نگاه علمی، بواسیر نتیجه افزایش فشار در عروق ناحیه مقعد است؛ فشاری که ممکن است ناشی از زور زدن هنگام دفع، یبوست مزمن، نشستن‌های طولانی، یا حتی عوامل ژنتیکی باشد.

اگر برای شما هم این سوال پیش آمده که دقیقاً بواسیر چیست و چه تفاوتی با سایر بیماری‌های مقعدی دارد، دانستن ساختار این بیماری و شناخت علائم اولیه آن، می‌تواند اولین قدم برای درمان اصولی و

جلوگیری از پیشرفت آن باشد.

علائم و نشانه‌های رایج بواسیر

بواسیر بسته به نوع و شدت آن می‌تواند علائم متفاوتی ایجاد کند؛ برخی از این علائم خفیف و گاه ناپیدا هستند، در حالی‌که برخی دیگر به‌قدری آزاردهنده‌اند که می‌توانند فعالیت‌های روزمره فرد را مختل کنند. شناسایی این نشانه‌ها در مراحل اولیه، می‌تواند روند درمان را بسیار ساده‌تر و کم‌هزینه‌تر کند.

یکی از شایع‌ترین علائم، خونریزی هنگام اجابت مزاج است. این خون معمولاً به رنگ روشن بوده و بر روی دستمال یا سطح مدفوع دیده می‌شود. در بواسیر داخلی، این نشانه ممکن است تنها علامت موجود باشد و درد خاصی حس نشود. اما در بواسیر خارجی، موضوع متفاوت است.

درد، التهاب و خارش در ناحیه مقعد از علائم رایج بواسیر خارجی است. احساس وجود توده یا برآمدگی در اطراف مقعد نیز ممکن است هنگام شست‌وشو یا نشستن احساس شود. در موارد شدیدتر، تشکیل لخته خون در هموروئید خارجی منجر به بروز درد ناگهانی، تورم سفت و حساس در کنار مقعد می‌شود که به آن بواسیر ترومبوزه می‌گویند.

همچنین بسیاری از بیماران از احساس دفع ناقص، ناراحتی در نشستن طولانی، و ترشح مخاطی شکایت دارند. این علائم نه‌تنها از نظر جسمی، بلکه از نظر روانی نیز آزاردهنده‌اند و در صورت عدم درمان ممکن است به عفونت یا التهاب مزمن منتهی شوند.

تشخیص دقیق این علائم توسط پزشک متخصص، نقش مهمی در انتخاب نوع درمان و پیشگیری از بازگشت بیماری خواهد داشت.

درمان‌های موجود برای بواسیر

درمان بواسیر بسته به شدت بیماری، نوع بواسیر و وضعیت جسمانی بیمار، می‌تواند از روش‌های خانگی و دارویی گرفته تا مداخلات پزشکی و جراحی را شامل شود. خوشبختانه در بسیاری از موارد، درمان‌های ابتدایی و تغییر در سبک زندگی می‌توانند به‌خوبی باعث کاهش علائم شوند و از پیشرفت بیماری جلوگیری کنند.

در مراحل اولیه، درمان بواسیر با تمرکز بر کاهش فشار و التهاب انجام می‌شود. مهم‌ترین روش‌ها شامل نشستن در آب گرم (حمام سیتز)، نوشیدن آب کافی، افزایش مصرف فیبر غذایی (میوه، سبزیجات، غلات کامل) و اجتناب از یبوست هستند. استفاده از کمپرس سرد، پمادهای گیاهی یا دارویی، و پرهیز از نشستن طولانی‌مدت نیز به کاهش علائم کمک می‌کند.

در صورتی‌که علائم شدیدتر باشند یا به درمان‌های خانگی پاسخ ندهند، مصرف داروهای موضعی مانند پمادهای ضدالتهاب، شیاف یا کرم‌های مخصوص ناحیه مقعد تجویز می‌شود. این داروها معمولاً حاوی مواد بی‌حس‌کننده یا قابض هستند که به کاهش درد، تورم و سوزش کمک می‌کنند.

در موارد پیشرفته‌تر یا عودهای مکرر، پزشک ممکن است درمان‌های کلینیکی مانند لیزر هموروئید، بستن رگ با کش لاستیکی (Rubber Band Ligation) یا هموروئیدکتومی (جراحی کامل) را توصیه کند. این روش‌ها اگرچه تهاجمی‌تر هستند، اما برای درمان قطعی برخی موارد شدید، ضروری‌اند.

به طور کلی، انتخاب نوع درمان باید توسط پزشک متخصص صورت گیرد، چرا که استفاده خودسرانه از داروها یا روش‌های درمانی نامناسب می‌تواند وضعیت بیماری را بدتر کند.

جمع‌بندی و توصیه نهایی

بواسیر بیماری‌ای شایع اما قابل‌کنترل است. برخلاف تصور رایج، ابتلا به هموروئید به‌هیچ‌وجه نشانه‌ای از ضعف جسمی یا بالا رفتن سن نیست، بلکه نتیجه‌ی فشارهای طولانی‌مدت به ناحیه مقعد و بی‌توجهی به اصول ساده‌ی مراقبت از گوارش و سبک زندگی سالم است. خوشبختانه در بسیاری از موارد، شناخت به‌موقع علائم، اصلاح رژیم غذایی و بهره‌گیری از درمان‌های ساده و علمی می‌تواند جلوی پیشرفت این بیماری را بگیرد.

نباید فراموش کرد که سکوت در برابر نشانه‌هایی مثل خون‌ریزی، خارش یا احساس ناراحتی در نشیمنگاه، تنها باعث طولانی‌تر شدن دوره درمان خواهد شد. روش‌های نوین درمانی به‌ویژه در مراحل اولیه، نیازی به جراحی‌های سنگین ندارند و با مرهم موضعی اصلاح تغذیه، یا لیزرهای کم‌تهاجمی، نتایج خوبی حاصل می‌شود.

از سوی دیگر، انتخاب منبع معتبر برای کسب اطلاعات پزشکی نیز بسیار مهم است. در دنیای امروز که

اطلاعات ضدونقیض در فضای وب فراوان است، رجوع به منابع تخصصی می‌تواند تصمیم‌گیری آگاهانه‌تری برای بیمار به همراه داشته باشد.