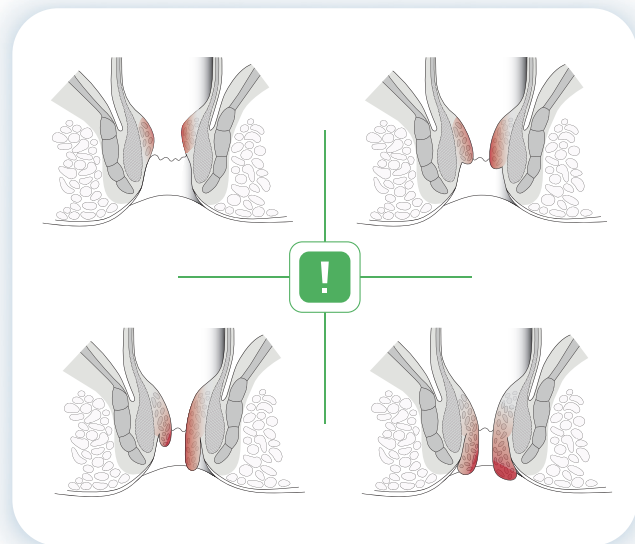


Co to są hemoroidy?

Hemoroidy to powszechny problem, który dotyka mężczyzn oraz kobiety w każdym wieku.

Hemoroidy zwane są również guzkami krwawniczymi. Mają postać trzech poduszek umiejscowionych w kanale odbytu. Każdą z nich wypełnia sieć naczyń krwionośnych. Ich funkcją jest uszczelnienie odbytu i kontrola oddawania gazów oraz stolca. Stan chorobowy pojawia się, gdy krew wypełniająca hemoroidy nie odpływa prawidłowo. Wówczas guzki ulegają nadmiernemu rozciągnięciu i pojawiają się odczucia bólowe.



- STOPIEŃ I** Guzki są stale w kanale odbytu.
- STOPIEŃ II** Guzki okresowo wypadają, np. podczas wypróżniania i samoistnie się chowają.
- STOPIEŃ III** Guzki wypadają zawsze podczas wypróżniania, ale można je odprowadzić palcem.
- STOPIEŃ IV** Guzków nie da się odprowadzić palcem, są stale na wierzchu.

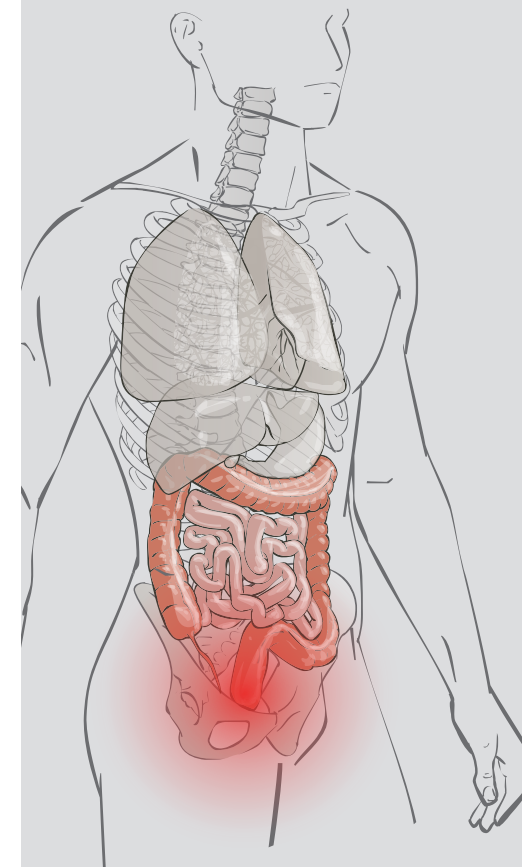
Jakie są objawy?

Nie bagatelizuj symptomów. Realizuj plany i bądź aktywny bez dyskomfortu.

- ✓ ŚWIĄD, PIECZENIE, BÓL
- ✓ ŚLIZ W STOLCU
- ✓ KRWAWIENIE Z ODBYTU
- ✓ WYCZUWALNE GUZKI/OBRZĘK



HEMOROIDY



INFORMACJE DLA PACJENTA

Choroby proktologiczne to bolesny temat

Jak zapobiegać hemoroidom?

Nie pozwól, aby ból kontrolował Twoje życie.

DIETA WYSOKOBŁONNIKOWA

Rekomendowane: produkty wysokobłonnikowe, najlepiej spożywać surowe warzywa i owoce. Należy unikać: ostрых przypraw.



ODPOWIEDNIE NAWADNIANIE ORGANIZMU

Rekomendowane: minimum 1,5-2 l wody dziennie. Należy unikać: mocnej herbaty, słodzonych napojów gazowanych, kawy, alkoholu.



REGULARNA AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA

Rekomendowane: aktywność dostosowana do preferencji, w przypadku otyłości redukcja masy ciała. Należy unikać: siedzącego trybu życia, przebywania długo w jednej pozycji, dźwigania dużych ciężarów.



REGULARNE WYPRÓŻNIANIE

Rekomendowane: prawidłowa pozycja ciała podczas wypróżniania (pozycja kuczna, podłożenie pod stopy niewielkiego stołeczka). Należy unikać: zaparc, wymuszonego oraz nadmiernego parcia podczas oddawania stolca, zatrzymywania lub opóźniania wizyt w toalecie.



HIGIENA MIEJSC INTYMNYCH

Rekomendowane: codzienna higiena miejsc intymnych, używanie po wypróżnieniu chusteczek nawilżanych lub wody z mydłem.



PROFILAKTYKA

Rekomendowane: szybka reakcja na pierwsze objawy, kontrola w trakcie i po ciąży. Należy unikać: bielizny obcisłej oraz nieprzepuszczającej powietrza.



Co po przebytym leczeniu?

Szybka regeneracja i powrót do codziennych czynności.

FARMAKOLOGIA

Leki ochraniające naczynia żyłne. Leki przeciwbólowe.

POWRÓT DO PRACY

Wskazane kilka dni zwolnienia lekarskiego (L4). Możliwy jest powrót do pracy następnego dnia po zabiegu (bez dźwigania i siedzenia w jednej pozycji).

HIGIENA INTYMNA I PROFILAKTYKA

Przemywanie odbytu wodą z szarym mydłem po każdym wypróżnieniu. Noszenie przewiewnej, luźnej bielizny.

REGULARNE WYPRÓŻNIANIE

Nie wolno dopuścić do zaparc oraz wymuszonego, nadmiernego parcia podczas oddawania stolca.

ZAKAZ

Zakaz spożywania alkoholu w pierwszej dobie po zabiegu oraz podnoszenia ciężarów, intensywnych ćwiczeń, pływania, jeżdżenia na rowerze przez około 3 tyg. Należy unikać wysokich temperatur (sauna, gorące kąpiele) przez 2 tyg.

KROK 1

Przygotowanie: 2 dni przed - wprowadzenie płynnej diety. Rano w dniu procedury - wykonanie lewatywy (np. gotowym preparatem) lub podanie czopków przeczyszczających. Należy być na czczo (nie przyjmować pokarmów stałych 8 godz., a płynów 4 godz. przed procedurą).

KROK 2

Procedura: lekarz podaje znieczulenie i wprowadza cienki przewód (ok. 2 mm) do wnętrza guzka, emitując energię w postaci ciepła. Prowadzi to do zamknięcia naczyń krwionośnych wypełniających guzek krwawniczy.

KROK 3

Po leczeniu: miejsce, do którego została dostarczona energia zostaje schłodzone.



Jak wygląda leczenie?

Procedura w trybie jednego dnia.