

واریسهای وریدی

- واریس به وریدهای پرپیچ و خم وسطی گفته میشود که در اثر نارسایی دریچه های وریدی ایجاد می شوند
- شایعترین محل در اندام تحتانی می باشد .
- گرچه واریس در هر سیستم وریدی اتفاق می افتد ولی بیشتر در انتهای مری، مقعد ، بیضه ها می باشد

عوامل زمینه ساز

- سابقه خانوادگی
- بارداری
- مشاغل که نیازمند ایستادن و نشستن طولانی باشد
- چاقی
- سن زیاد
- تغییرات هورمونی
- اختلال عملکرد دریچه های وریدی
- فقدان یا اشکال مادرزادی دریچه های وریدی
- افزایش مداوم فشار وریدی در اثر هر عاملی که باعث انسداد ورید شود

علائم

- تورم زانو یا ساقها
- درد شدید
- شکایت از خستگی ساق پا و احساس سنگینی
- خارش و پوسته پوسته شدن پوست پا
- تغییر رنگ پوست و زخم واریسی



تشخیص

بررسی تاریخچه بیمار ، معاینه بالینی ، سونوگرافی داپلر عروق اندام تحتانی و بهترین روش تشخیص، انجام سونوگرافی داپلر عروق می باشد که وجود لخته و التهاب در وریدها را مشخص می نماید. داپلر عروق لخته در وریدهای عمقی و التهاب وریدها را مشخص می شود .

درمان

هدف از درمان کاهش علائم و جلوگیری از پیشرفت بیماری است.

۱- درمان دارویی

در حال حاضر درمان دارویی وجود ندارد

۲- درمان غیر دارویی

- تغییر در شیوه زندگی
- استفاده از جورابهای واریس



- خودداری از پوشیدن لباس تنگ کاهش وزن
- درازاچاق و استفاده از میوه و سبزیجات و حبوبات
- ورزش منظم مثلا ۲۰-۱۵ دقیقه پیاده روی ۳ بار در روز
- اسکلروتراپی : تحت بی حسی موضعی توسط لیزر جریان خون ورید گرفتارو از طریق سایوریدهای منفرد نیز قطع می شود.

درمان جراحی

خروج وریدهای صاف بزرگ و کوچک، درمان قطعی واریس وریدهای اندامهای تحتانی است. (قطع ورید گرفتار با ایجاد برش در ناحیه کشاله ران و قوزک پا و خروج ورید از کشاله ران به طرف قوزک پا)

عوارض

- پاره شدن ورید واریسی در اثر ضربه تورم پاها در اثر واریس
- شکنندگی پوست و ایجاد زخم

خود مراقبتی

- پوشیدن جوراب الاستیک بلندتر از زانو
- جوراب باید صبح قبل از ایجاد ورم پوشیده شود
- در صورت امکان جوراب در حالت درازکش پوشیده شود.
- جوراب باید راحت و اندازه پا باشد
- اگر اندازه جوراب نامناسب بود یا رنگ اندام سیاه شد، جوراب را نپوشید





یا من اسمہ دواء و ذکرہ شفاء



خود مراقبتی

جراحی واریس

پا

کد محتوا: ۴۰۵



<http://www.Alzahra.mui.ac.ir>

تلفن پیام گیر: ۰۳۱۳۶۲۰۲۰۰۸

ایمیل: a.Salamat@azh.mui.ac.ir

مراقبت بعد از عمل

- ✚ بعد از عمل جراحی نیاز به پوشیدن جورابهای فشاری می باشد
- ✚ بیمار قادر به انجام فعالیتهای روزانه سبک می باشد
- ✚ و در هنگام استراحت پاهایتان را بالاتر از قلب نگه دارید
- ✚ داروهای ضد التهاب و ضد درد ممکنست تجویز شود.
- ✚ از ورزش سنگین و حمام و استخر آب گرم برای مدت ۱-۲ هفته جداً خودداری شود.
- ✚ جهت اطمینان یافتن از ترمیم صحیح به جراح خود مراجعه نمایید

- ✚ پدید آورنده: فرحناز بهرامی "کارشناس ارشد پرستاری"
- ✚ مشاور علمی: آقای دکتر سارو خانی "فوق تخصص جراحی عروق"
- ✚ منبع: داخلی جراحی برونر سوارث ۲۰۱۸
- ✚ طراحی و تدوین: محمود نصر اصفهانی "سوپروایزر آموزش سلامت"
- ✚ بهار ۱۳۹۳
- ✚ بروز رسانی: هماد خایبی "کارشناس ارشد پرستاری" دفتر آموزش سلامت الزهرا (س) تیر ۱۳۹۹

- ✚ وزن خود را کاهش دهید
- ✚ از پوشیدن لباسهای تنگ مانند جوراب و استفاده از وسایلی مانند بند جوراب و کمربند تنگ خودداری کنید
- ✚ هر وقت که امکان داشته باشد باید پاهایتان را بالا بگیرید تا از وزن پا کاسته شود
- ✚ ایستادن یا نشستن طولانی مضر است
- ✚ پیاده روی کوتاه مدت ۱۰-۵ دقیقه چند بار در روز مفید می باشد
- ✚ از چهار زانو نشستن طولانی خودداری کنید چون باعث توقف جریان خون در ورید می شود
- ✚ در صورت بروز زخم پوستی به پزشک مراجعه کنید.
- ✚ استفاده از سونا بخار و حمام گرم باعث تشدید واریس خواهد شد.

