

واریسهای وریدی

واریس به وریدهای پریپیچ 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 و 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
♣ در افراد چاق و استفاده از میوه و سبزیجات و حبوبات
♣ ورزش منظم مثلاً ۲۰-۱۵ دقیقه پیاده روی ۳ بار در روز
♣ اسکلتوتراپی : تحت بی حسی موضعی توسط لیزر جریان خون ورید گرفتار و از طریق سایروریدهای 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

✚ وزن خود را کاهش دهید

✚ از پوشیدن لباسهای تنگ مانند جوراب و استفاده از وسایلی مانند بند جوراب و کمربند تنگ خودداری کنید

✚ هروقت که امکان داشته باشد باید پاهایتان را بالا بگیرید تا از ورم پاکسته 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.



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 ممکن است 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: "هما کدخایی" کارشناس ارشد پرستاری "دفتر آموزش سلامت الزهرا (س) تیر ۱۳۹۹"

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