



البواسير والشرخ الشرجي

أسباب شائعة للنزيف والألم في فتحة الشرج

PE-GIC-28



البواسير والشرخ الشرجي شائعان جداً، ويتحسنان غالباً بتليين البراز وتجنب الحزق وبعلاجات بسيطة. وإذا لم تنجح هذه الخطوات، تفيد الإجراءات في العيادة أو الجراحة. ومع ذلك يجب أن يقيّم الطبيب أي نزيف من الشرج، لاستبعاد أسباب أخرى.

ما هما؟

البواسير وسائد من الأوعية الدموية داخل فتحة الشرج وحولها، وهي موجودة لدى الجميع، لكنها تصبح مشكلة عندما تتورم أو تنزف أو تتدلى إلى الخارج. البواسير الداخلية لا تسبب ألماً في الغالب، أما الخارجية فتقع تحت الجلد حول فتحة الشرج. الشرخ الشرجي تمزق صغير في بطانة القناة الشرجية، يحدث غالباً بسبب خروج براز صلب، فتتشنج عضلة الشرج ويتأخر الالتئام. وإذا استمر الشرخ أكثر من ستة أسابيع تقريباً سُمي شرخاً مزمنًا.

الأعراض

قد تسبب البواسير:

- دمًا أحمر فاتحًا على ورق الحمام أو في المرحاض بعد التبرز، غالبًا دون ألم
- كتلة تنزل أثناء التبرز
- حكة أو إفرازات مخاطية أو إحساسًا بعدم اكتمال الإخراج
- كتلة مفاجئة شديدة الألم عند حافة الشرج: جلطة صغيرة (باسور متخثر)

أما الشرخ الشرجي فيسبب عادة:

- ألمًا حادًا كالتمزق أثناء التبرز، يتبعه غالبًا حرقان يستمر دقائق أو ساعات
- كمية قليلة من الدم الأحمر الفاتح
- أحيانًا زائدة جلدية صغيرة بجانب الشرخ المزمن

ما الذي يفيد في الحالتين؟

- ليّن البراز: زد الألياف تدريجيًا، أو استخدم مكمل ألياف مثل قشور السيليوم (الإسبغول)
- اشرب كمية كافية من السوائل، خاصة في الجو الحار

- لا تحرق ولا تطل الجلوس في الحمام؛ اترك هاتفك خارجه
- ادخل الحمام عند الشعور بالرغبة، وضع مسندًا صغيرًا تحت قدميك لترتفع ركبتيك
- المغطس الدافئ: اجلس في ماء دافئ قليل العمق 10 إلى 15 دقيقة، مرتين أو ثلاثًا يوميًا، لتخفيف الألم والتشنج
- اغسل المنطقة بالماء وجففها بلطف دون فرك
- يفيد ملين لطيف مثل الماكروغول إذا كان لديك إمساك
- تجنب الكودايين والمسكنات المشابهة لأنها تسبب الإمساك، ويُفضل الباراسيتامول عادة

علاج البواسير

تتحسن معظمها بالخطوات السابقة. ومن الخيارات الأخرى:

- كريمات الصيدلية وتحاميلها تخفف الأعراض لفترة قصيرة، ولا تُستخدم المستحضرات التي تحتوي على الكورتيزون أكثر من أسبوع تقريبًا إلا بنصيحة الطبيب
 - ربط البواسير بالحلقات المطاطية: إجراء سريع في العيادة، فينكمش الباسور ويسقط خلال أسبوع تقريبًا. والانزعاج البسيط شائع. أخبر طبيبك إذا كنت تتناول أدوية مميعة للدم
 - بعد ربط البواسير، اطلب الرعاية العاجلة إذا ظهر ألم شديد أو متزايد، أو حرارة، أو صعوبة في التبول، أو نزيف غزير (قد يحدث حتى بعد أسبوعين)
 - قد تُعرض علاجات أخرى في العيادة، مثل الحقن
 - الجراحة للبواسير الكبيرة أو التي لا تستجيب للعلاج
- الباسور الخارجي المتخثر يهدأ غالبًا خلال أسبوع إلى أسبوعين، وإذا رآه الطبيب في الأيام الأولى فقد يزيل الجلطة تحت تخدير موضعي.

علاج الشرج الشرجي

كثير من الشروح الحديثة تلتئم خلال أسابيع بتليين البراز والمغطس الدافئ. وإذا لم يحدث ذلك:

- مرهم يصفه الطبيب يُرخي عضلة الشرج: الديلتيازيم أو النيتروغليسرين، عادة مرتين يوميًا لمدة 6 إلى 8 أسابيع. والصداع والدوخة شائعان مع النيتروغليسرين؛ اجلس أو استلق إذا شعرت بدوار، ولا يُستخدم مع أدوية مثل السيلدينافيل
 - جل مخدر موضعي قبل التبرز يخفف الألم
 - حقن البوتولينوم (البوتوكس) يُرخي العضلة لبضعة أشهر حتى يلتئم الشرج
 - الجراحة (قطع صغير في العضلة الشرجية الداخلية) تشفي معظم الشروح المزمنة، مع خطر بسيط لضعف التحكم في الغازات أو البراز
- الشرخ الذي يقع في موضع غير معتاد، أو لا يلتئم، قد يحتاج إلى فحوصات، لأنه قد يرتبط بداء كرون أو ببعض أنواع العدوى أو، نادرًا، بالسرطان.

النزيف يحتاج إلى تقييم مع ذلك

البواسير أشيع أسباب النزيف الأحمر الفاتح، لكن الزوائد اللحمية وسرطان القولون والالتهابات قد تسبب العرض نفسه. وقد يُنصح بتنظير القولون، خاصة إذا كان عمرك 45 عامًا أو أكثر، أو كان النزيف جديدًا، أو صاحبه تغيّر في نمط التبرز أو نقص في الوزن أو فقر دم أو تاريخ عائلي لسرطان القولون. لا تفترض أن النزيف سببه البواسير قبل أن يقيّمه الطبيب.

راجع الطبيب فورًا أو توجّه إلى الطوارئ إذا ظهر

- نزيف غزير أو خروج جلطات دموية أو الشعور بالإغماء
- براز أسود لزج (قطراني)
- ألم شديد في الشرج مع حرارة، أو كتلة ساخنة متورمة قرب فتحة الشرج (قد تكون خُراجًا)
- باسور متدلّ لا يمكن إرجاعه ويصبح شديد الألم أو داكن اللون
- ألم شديد أو حرارة أو صعوبة في التبول بعد ربط البواسير
- نزيف مع نقص في الوزن أو فقر دم أو تغيّر مستمر في نمط التبرز

أسئلة شائعة

هل تتحول البواسير إلى سرطان؟

لا. لكن القلق هو أن يُغفل سبب أخطر للنزيف، ولهذا يجب تقييم أي نزيف.

هل يسبب الأكل الحار البواسير؟

لا. قد يزيد الحرقان أثناء النوبة، لكن البراز الصلب والحزق أهم بكثير.

هل البواسير شائعة أثناء الحمل؟

نعم. وغالبًا تكفي الألياف والسوائل والكريمات البسيطة، وكثيرًا ما تتحسن بعد الولادة. استشير طبيبك قبل استخدام أي دواء.

هل يعود الشرج مرة أخرى؟

قد يعود إذا عاد البراز الصلب. والحفاظ على ليونة البراز لعدة أشهر بعد الالتئام هو أفضل وقاية.

هذه النشرة معلومات عامة ولا تغني عن مشورة طبيبك المعالج. الإصدار 1.0، أكتوبر 2026. المراجعة القادمة أكتوبر 2028.

زاد صبي، PE-GIC-28