



به نام خدا

فتق

HERNIA



تهیه و تنظیم:

آموزش به بیمار بیمارستان لقمان حکیم

ویرایش مهر ۱۴۰۳

در صورتی که بعد از عمل جراحی احتباس ادرار داشتید میتوانید از کیسه ابگرم استفاده کنید. در صورت ادامه ی مشکل به پزشک مراجعه کنید. در صورتی که بعداز عمل جراحی بیضه ها متورم باشد میتوانید با استفاده از کیسه اب یخ روی بیضه ها یا بالا نگه داشتن آنها درد و تورم ان ناحیه را کم کنید، جهت جلوگیری از تب و عفونت مرتبا هر ۳ الی ۴ ساعت تنفس عمیق داشته باشید، جهت سرفه کردن با دست یا مالش ناحیه عمل را هدایت کنید، اگر نمونه پاتولوژی داشتید بعداز دریافت جواب جهت رویت به پزشک مراجعه کنید زمان مراجعه بعدی خود را با پزشک به یاد داشته باشید.



منابع:

کتاب برونر سوارث ، ویرایش پانزدهم (۲۰۲۲)

راهنمای آموزش مددجو برای مراقبت در منزل،فاطمه علایی و همکاران

*سیگارکشیدن و مصرف الکل پرهیزید.

*لباس های تنگ نپوشید.

آموزش های مراقبت های قبل از عمل جراحی

یک هفته قبل از عمل داروهایی مثل آسپرین و داروهای رقیق کننده خون،داروهای ضد التهاب و داروهای ارتروز و ویتامین مصرف نشود.

آموزش مراقبت از خود بعداز عمل جراحی

طبق دستور پزشک ابتدا از مایعات ولرم و چای استفاده کنید و اگر دستگاه گوارش شما تحمل کرد و دفع گاز و اجابت مزاج داشتید از رژیم غذایی غیر جامد و کم جامدات شامل سوپ استفاده کنید، در منزل بیشتر از مایعات و رژیم غذایی نرم استفاده کنید، مراقبت از زخم جراحی، جهت تعویض پانسمان طبق دستور پزشک عمل نمایید، اگر با اتصالات ناحیه عمل مرخص شدید در حفظ آنها کوشا باشید، در هنگام راه رفتن کیسه را پایین نگه دارید تا ترشحات برنگردد، داروهای تجویز شده شامل آنتی بیوتیک و مسکن را طبق دستور پزشک مصرف کنید، بعد از عمل بیشتر راه بروید و میتوانید جهت حمایت از زخم از چه کمربندی طبق دستور پزشک استفاده نمایید، انجام فعالیت های بدنی به مدت ۵ تا ۷ روز و بلند کردن اجسام سنگین تا ۳ ماه بعد از عمل جراحی ممنوع است. در صورت مشاهده ی هر گونه ترشح از زخم، قرمزی، التهاب و درد شدید فورا به پزشک مراجعه کنید.

فتق

فتق زمانی اتفاق می افتد که لایه های درونی شکم ضعیف شده منجر به تورم یا پارگی و بیرون زدگی عضو شود.

محل های مستعد بروز فتق

کشاله ی ران، ناف، مری، محلی که قبلا هم در آن عمل جراحی شده است. تشخیص فتق معمولا ساده است. شما ممکن است یک برآمدگی زیر پوست را احساس کنید و ممکن است هنگام بلند کردن اشیاء سنگین، سرفه کردن و یا موقع نشستن و ایستادن طولانی مدت احساس کنید.

عوامل ایجاد فتق

فتق ممکن است بر اثر:

- ۱- وارد شدن فشار زیاد به سمت زیر شکم
- ۲- سن بالا
- ۳- جراحی و ضربه
- ۴- برش و یا زخم کهنه
- ۵- یک ضعف مادرزادی در قسمتی از دیواره ی شکم بروز کند
- ۶- بلند کردن اجسام سنگین
- ۷- پوشیدن لباس های تنگ

۸- حاملگی

- سرفه ی مداوی

۱۰- مشکل در اجابت مزاج و دفع ادرار و مدفوع هم ممکن است موجب بروز فتق شود.

در هر سنی ممکن است فرد دچار شود. فتق در کودکان مادرزادی است، فتق به خودی خود از بین نمیرو و با گذشت زمان بهتر نمیشود.

علامه و نشانه های فتق

*درد در ناحیه *سوزش سر دل *پس زدن غذا از معده به مری *اشکال در بلع *تهوع و استفراغ *نفخ

درمان



درمان معمولا به روش لاپاراسکوپی انجام میشود و در حین عمل با ایجاد برش های کوچک محتویات فتق جا انداخته شده و عضله ی ضعیف شده ترمیم میشود. در برخی موارد برای تقویت عضله ی ضعیف شده قطعه ی تور مصنوعی (مش) در آن قسمت قرار داده می شود.

راه های پیشگیری از فتق

*از مصرف بیش از حد کافئین مانند قهوه سودا شکلات پرهیز کنید

*رژیم غذایی پر پروتئین و کم چربی و ملایم مصرف کنید.

*غذا را با حجم کم و دفعات زیاد بخورید.

*جهت پاک کردن مری پس از غذا آب بنوشید (پیشگیری از فتق هیاتال)

*از دراز کشیدن بعد از خوردن غذا خودداری کنید.

*از غذا خوردن قبل از خواب اجتناب کنید.

*از فشار زیاد در هنگام دفع مدفوع اجتناب کنید.

*در رژیم غذایی خود مایعات و غذاهای پر فیبر را افزایش دهید.

