

*سیگار کشیدن و مصرف الکل پرهیزید

*لباسهای تنگ نپوشید
آموزشهای مراقبتهای قبل از عمل جراحی
یک هفته قبل از عمل داروهایی مثل آسپرین و داروهای
رقیق کننده خون، داروهای ضد التهاب و داروهای آرتروز و
ویتامین مصرف نشود.

آموزش مراقبت از خود بعد از 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 بزرگردد، داروهای تجویز شده شامل
آنتی بیوتیک و مسکن را طبق دستور پزشک مصرف کنید،
بعد از عمل بیشتر راه بروید و می توانید جهت حمایت از
زخم از چه کمربند طبق نظر پزشک استفاده کنید، انجام
فعالیت های بدنی به مدت ۵ تا ۷ روز و بلند کردن اجسام
سنگین تا سه ماه بعد از عمل جراحی ممنوع است، در
صورت مشاهده هرگونه ترشح از زخم، قرمزی، التهاب و
درد شدید فوراً به پزشک مراجعه کنید، در صورتی که بعد
از عمل جراحی احتباس ادرار داشتید می توانید از کیسه
آب گرم استفاده کنید، در صورت ادامه مشکل به پزشک
مراجعه کنید، در صورتی که بعد از عمل جراحی بیضه ها
متورم باشد می توانید با استفاده از کیسه آب یخ روی
بیضه ها یا بالا نگه داشتن آنها درد و تورم ناحیه را کم

کنید، جهت جلوگیری از تب و عفونت مرتباً هر ۳ الی ۴ ساعت
تنفس عمیق داشته باشید، جهت سرفه کردن با دست یا بالش
ناحیه عمل را حمایت کنید، اگر نمونه پاتولوژی داشتید بعد از
دریافت جواب جهت رویت به پزشک مراجعه کنید زمان
مراجعه بعدی خود را با پزشک به یاد داشته باشید.

عوارض عمل

عوارض اولیه هر نوع جراحی خونریزی و عفونت است که در
لاپاراسکوپی خیلی کم اتفاق می افتد در موارد نادر ممکن است
به مثانه روده عروق و اعصاب و یا لوله اسپرمی که به بیضه
می رود آسیب برسد. فتق بعد از جراحی قابل برگشت است و
دلیل آن نیز عود مجدد بیماری در دراز مدت است.

منابع:

کتاب برونر سوارث، ویرایش چهاردهم (۲۰۱۸)
راهنمای آموزش مدد جو برای مراقبت در منزل، ۱۳۹۰،
فاطمه علایی و همکاران



به نام خدا

فتق Hernia



واحد آموزش به بیمار بیمارستان لقمان

ویرایش: آذر ۹۸

فتق

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

محل های مستعد بروز فتق

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

چیزهایی باعث فتق میشود

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 دیوار شکم بروز کند ۶- بلند کردن اجسام سنگین ۷- پوشیدن لباسهای تنگ ۸- حاملگی ۹- سرفه مداوم 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 نمی رود و با گذشت زمانی بهتر نمی شود

علائم و نشانه های فتق

*درد در ناحیه

*سوزش سر دل

*پس زدن غذا از معده به مری

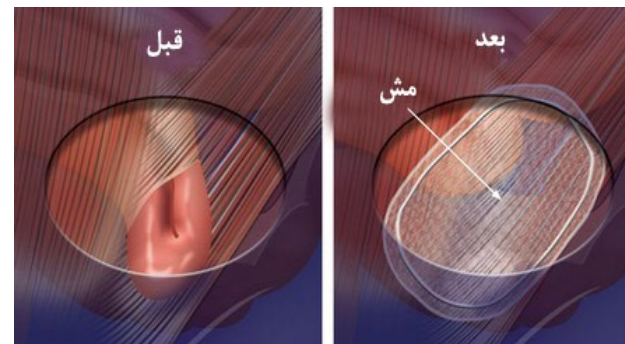
*اشکال در بلع

*تهوع استفراغ

*نفخ

درمان

درمان معمولاً به روش لاپاراسکوپی انجام می شود و در حین عمل با ایجاد برش های کوچک محتویات



فتق جا انداخته شده و عضله ضعیف شده ترمیم میشود در برخی موارد برای تقویت عضله ضعیف شده قطعه تور مصنوعی (مش) در آن قسمت قرار داده می شود.

راههای 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 پس 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 پرفیبر را افزایش دهید.

