



بیمارستان نیمه شعبان

بخش جراحی

خود مراقبتی در هرنی (فتق)



ادرس : کرمان - بلوار ۲۲ بهمن

چهارراه شعبانیه

تلفن: ۹۸-۳۳۲۱۹۸۸

شماره دورنگار : ۰۳۴۳۳۳۱۲۱۴۵

تهیه و تدوین : زهرا ظهیری

هرنی (فتق):

به معنای برآمدگی یک اندام یا بخشی از آن به واسطه نقص در ساختارهایی است که به طور طبیعی آن اندام را در برمیگیرند. علل و عوامل خطر ایجاد فتق: فتق زمانی اتفاق میافتد که در یکپارچگی دیوار عضلانی اختلال ایجاد شود و این اختلال با افزایش فشار داخلی شکمی همراه گردد.

۱- مادرزادی (ضعف مادرزادی عضلات)

۲- اکتسابی: (هر عاملی که فشار داخل شکم را افزایش

دهد مثل بلند کردن اجسام سنگین، زور زدن و

چاقی)

۳- ترومایی

انواع فتق: اغلب فتق ها در ناحیه اینگوینال (کشاله

ران) ایجاد میشوند ولی فتق های شکمی، نافی و هیاتال

(دیافراگمی) هم ممکن است ایجاد شوند.

علائم فتق: بسته به نوع فتق ممکن است شامل:

درد (بیشتر موقع ایستادن در ناحیه کشاله ران حس می شود)

بیرون زدن یک برجستگی (توده) از قسمتی از بدن که ممکن

است هنگام سرفه یا زور زدن بیرون زده یا هنگام خوابیدن به

داخل بروند.

درمان و کنترل جراحی:

تا وقتی این توده ها متحرک هستند مشکلی ندارند ولی اگر گیر افتاده یا باعث درد شدید شوند باید حتما تحت عمل جراحی قرار گیرند

آیا امکان دارد بعد از عمل جراحی مجدداً فتق ها

عود کنند؟

بله ممکن است دارد بعد از عمل جراحی فتق ها عود کنند

آیا فتق بند باعث بهبود فتق میگردد؟

خیر در موارد فتق های کشاله ران به مدت محدود اشکال ندارد ولی

باعث درمان نمیشود استفاده طولانی مدت از فتق بند باعث

چسبندگی لایه های فتق و مشکل تر کردن جراحی میشوند.

اقدامات بعد از عمل جراحی:

۱- به محض اجازه پزشک بعد از عمل با کمک از تخت خارج

شوید و قدم بزنید

۲- فعالیتهای خود را کم کم و بر حسب تحمل افزایش

دهید و پیاده روی کنید.

۳- از انجام فعالیتهای سنگین و بلند کردن اجسام سنگین

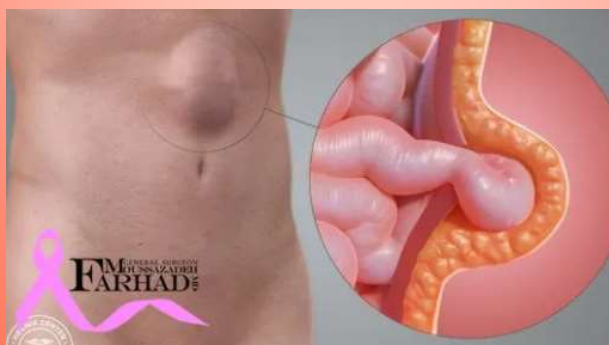
سرفه، بدون حمایت و زور زدن محل عمل تا ۴-۶ هفته

بعد از عمل اجتناب کنید

۴- ۱-۲ روز بعد از عمل میتوانید دوش بگیرید

این علائم را به پزشک اطلاع دهید

عفونت زخم , تب ع درد , قرمزی , حساس شدن , گرمی
ورم اطراف برش جراحی , افزایش ترشحات و احساس بوی تعفن
از ان , نفخ شکمی , تهوع و استفراغ , جدا شدن لبه های زخم از
یکدیگر
عود (برگشت) فتق : تورم , سفت و دردناک , کروی و برگشت
ناپذیر در ناحیه کشاله ران



- ۵- با استفاده از رژیم غذایی پرفیبر(سبزیجات میوه جات) یا
میلن طبق تجویز پزشک سعی کنید دچار یبوست نشوید
- ۶- رژیم غذایی باید حاوی مقدار کافی پروتئین (گوشت کم چرب
, تخم مرغ , لبنیات و ...) و مواد سرشار از ویتامین ث مثل
مرکبات , اب آناناس و پرتقال باشد
- ۷- بهتر است وعده های غذایی مختصر و مکررداشته باشید
- ۸- از نوشیدن مشروبات الکلی و کشیدن سیگار خودداری کنید
- ۹- ۱ - ۱۰ روز بعد از عمل جراحی برای کشیدن بخیه های
عمل به بیمارستان یا پزشک معالج با همراه داشتن مدارک زمان
ترخیص مراجعه نمایید

۵- پس از ترخیص در صورت نداشتن درد ممانعتی در انجام
فعالیت های جنسی وجود ندارد.

۶- در صورت ترخیص با درن , در صورت نیاز و کثیفی
پانسمان را به روش استریل تعویض کنید.

۷- در صورت درد از مسکن های تجویزی پزشکتان استفاده
کنید

۸- در مردان به منظور کاهش ناراحتی بیضه ها میتوانید
از کیسه یخ یا فتق بند (محاظ) استفاده کنید

رژیم غذایی مجاز و غیر مجاز:

- ۱- بعد از شروع حرکات دودی روده و دفع گاز از
مقعد طبق نظر پزشک ابتدا مایعات روشن مثل
چای کم رنگ , اب کمپوت و سپس مایعات کامل
(سوپ) شروع میشود و بعد به مرور رژیم نرم و به
تدریج رژیم معمولی جایگزین میشود.
- ۲- بعد از شروع مایعات جهت کمک به شروع حرکات
روده ها مرتبا در بخش یا منزل قدم بزنید.
- ۳- در روزهای اول جراحی مایعات فراوان ۲-۳ لیتر
بخورید تا مطمئن شوید شکمتان کار میکند.
- ۴- سعی کنید در روزهای اول بعد از عمل از مصرف
مواد غذایی نفاخ (ابمیوه های خام و مصنوعی,
ذرت , کلم , لوبیا , نخود ترپچه, خیار, نوشابه های
گازدار) خودداری کنید