



آموزش هرنی (فتق)

فتق چیست؟

به بیرون زدگی غیرطبیعی یکی از اعضای داخلی بدن از راه یک نقطه ضعیف در عضلات دیواره شکم یا وجود یک سوراخ که بصورت مادرزادی یا اکتسابی ایجاد شده، فتق یا هرنی گویند.



دلایل ایجاد فتق:

نوع شایع فتق، فتق کشاله ران میباشد که اغلب در مردان بروز میکند. عوامل زیر در پیدایش فتق موثرند.

1. سرفه زیاد
 2. سن بالای 60 سال
 3. چاقی
 4. بلند کردن اجسام سنگین
 5. بارداری
 6. پیوست مزمن
- در بسیاری از موارد هیچ دلیلی برای ایجاد فتق پیدا نمی شود.

علائم فتق:

علامت شایع فتق، تورمی است که معمولاً با فشار ملایم یا دراز کشیدن به جای خود برمیگردد. درد در ناحیه کشاله ران که با خم شدن یا بلند کردن اجسام بدتر می شود. یک توده دردناک در کشاله ران یا بیضه.

روش تشخیص فتق:

پزشک ممکن است وجود فتق را در یک معاینه بالینی تشخیص دهد. توده ممکن است حین سرفه کردن، زور زدن و خم شدن بزرگتر شود. فتق ممکن است در شیرخواران و کودکان بجز زمان گریه یا سرفه نا مشخص باشد.

چرا باید فتق را جراحی کرد؟

ممکن است روده یا اعضای دیگر داخل ساک فتق گیر کنند و قادر به خارج شدن نباشند و بدنبال آن انسداد، سیاه شدگی و پارگی روده و یا عضو گیرافتاده، رخ میدهد. همچنین بدلیل تسکین دردی که با ایستادن یا بلند کردن اشیاء سنگین ایجاد میشود نیز جراحی صورت میگیرد. طی جراحی از طریق یک شکاف روده را به جای خود برمی گردانند و سپس بافت ها و عضلات پوشانده را به هم نزدیک می کنند و با بخیه ترمیم می کنند.

پس از جراحی چه مراقبتهایی باید انجام دهیم؟

- پس از جراحی ممکن است قادر به دفع ادرار نباشید. این مشکل را می توان با گذاشتن کیسه آب گرم برطرف کرد. در صورتی که نتوانستید ادرار کنید برای شما سوند ادراری بصورت موقت گذاشته میشود.
- پس از اجازه پزشک هرچه سریعتر از تخت خارج شده و قدم بزنید. قدم زدن به بهبودی شما کمک میکند.
- برای کم کردن درد (با نظر پزشک و بسته به نوع فتق) شورت تنگ بپوشید.
- رژیم غذایی خود را با مایعات و سپس با غذاهای سبک شروع کنید و بتدریج غذاهای خود را ظرف یک تا دو روز افزایش دهید.

چه مراقبتهایی را باید در منزل انجام دهیم؟

- پس از جراحی ، محل عمل با یک پانسمان پوشانده می شود . که پس از یک تا دو روز برداشته خواهد شد. معمولا در منزل نیازی به پانسمان محل عمل ندارید، مگر اینکه زخم ترشح داشته باشد.
- فعالیتهای عادی خود را در سه تا پنج روز پس از عمل از سر بگیرید، ولی از برداشتن اجسام سنگین با وزن بیش از 5 کیلوگرم تا 6 هفته خودداری کنید .
- به مدت 6 هفته از سرفه کردن ، زور زدن و تمرینات ورزشی سنگین بپرهیزید. و در حین سرفه ، عطسه و سکسکه محل عمل را با یک دست یا با یک بالش محکم نگه دارید.
- پس از 72 ساعت از عمل میتوانید دوش بگیرید و محل زخم را تمیز و خشک نگهدارید. (از وان استفاده نکنید).
- مصرف غذاهای فیبردار، میوه ها و سبزیجات تازه را افزایش دهید و از خوردن غذاهای نفاخ بپرهیزید.
- بخیه ها 7 تا 10 روز پس از جراحی و در اولین ویزیت پزشک کشیده می شوند.
-

در صورت مشاهده موارد زیر به پزشک خود مراجعه کنید:

- دارای فتق هستتید و محتویات آن را نمی توان با فشار کم وارد شکم کنید ، دچار تهوع و استفراغ شده اید یا فتق به رنگ قرمز یا صورتی تیره درآمده.
- بعد از عمل دچار تب و لرز و سوزش و خارش، خونریزی و ورم ناحیه عمل شده اید.

واحد آموزش به بیمار

پاییز 1400