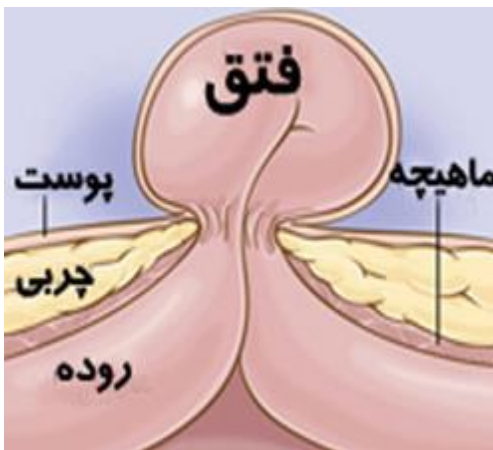




Hernia (فتق)



تهیه کننده: واحد آموزش سلامت بیمارستان امام خمینی نقده

سوپروایزر آموزش سلامت

تاییدکننده: دکتر اروجی جراح عمومی

کد 02

زمستان 1402

04435661820

داخلی 1315

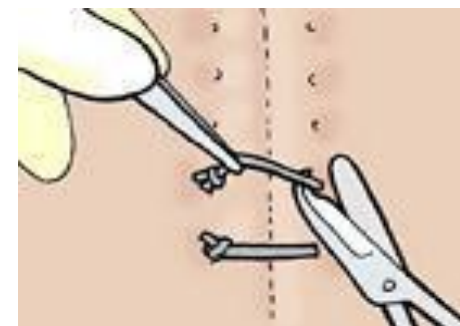
منبع: برونر و سودارت 2022

آموزش مراقبت در منزل بیماران مبتلا به فتق

- ❖ داروهای تجویز شده را تهیه نموده و با دقت در زمان مقرر تا آخر مصرف نمایید.
- ❖ درد و سوزش و خارش مختصر ناحیه جراحی طبیعی بوده و با استفاده از داروی مسکنی که برای شما نسخه شده و مصرف می نمایند درد تسکین می یابد.
- ❖ تورم ، کبودی و التهاب مختصر در طول محل برش جراحی طبیعی بوده و ممکن است بین ۶ ماه تا ۸ ماه باقی باشد و نیاز به اقدام خاصی ندارد.
- ❖ حمام کردن دو روز بعد از ترخیص از بیمارستان مانعی ندارد ، در این صورت پانسمان را برداشته و بعد از آن یک پانسمان مختصر و تمیز در محل جراحی گذاشته شود.
- ❖ **در صورتی که زخم جراحی دارای ترشح زیاد ، بد بو ، کدر و یا**
- ❖ **التهاب زیاد و قرمزی شدید شد حتما به پزشک معالج خود یا اورژانس بیمارستان مراجعه نمایید.**
- ❖ **در صورت بروز تب پایدار و بالاتر از 38 درجه حتما به پزشک معالج و یا اورژانس بیمارستان مراجعه نمایید.**
- ❖ توجه داشته باشید که از انجام فعالیت های شدید ، ورزشهای سنگین، رانندگی طولانی مدت ، و سرفه های شدید و ممتد خودداری نمایید زیرا این گونه اعمال باعث عود مجدد فتق خواهد شد.
- ❖ سعی نمایید از غذاهای نفاخ مثل انواع حبوبات و ... کمتر استفاده نمایید و بیشتر از غذاهای دارای فیبر زیاد مثل میوه ها ، کاهو و ... که باعث تسهیل در اجابت مزاج می شود استفاده نمایید.
- ❖ از خوردن غذاهایی که باعث ایجاد یبوست می شود جدا خودداری نمایید.
- ❖ توجه داشته باشید که بخیه های زده شده قابل جذب نیستند و جهت ویزیت مجدد و کشیدن بخیه ها حتما در زمان مقرر که گفته شده و در برگه خلاصه پرونده شما قید شده است به پزشک معالج مراجعه کنید.

آموزش های بعد از عمل

- ❖ روز بعد از عمل می توانید کم کم بشینید و سپس با کمک همراه اطراف تخت راه بروید. بهتر است طی هفته اول از راه رفتن غیر ضروری خودداری کنید
- ❖ تا عصر روز عمل چیزی نخورده نمی شود تا دستگاه گوارش فرصت لازم برای رسیدن به شرایط قبل از عمل را پیدا کند.
- ❖ سپس مایعات غذاهای سبک مثل سوپ مصرف میشود. پس از ترخیص لازم است از غذاهایی که باعث جلوگیری از یبوست میشوند استفاده کرد. این غذاها شامل سالاد و سبزیجات و میوه جات (نه آمیوه) است که همراه با غذای معمول استفاده میشوند
- ❖ از انجام کارهای سنگین حداقل تا دو ماه باید پرهیز کرد در غیر این صورت خطر عود فتق وجود دارد
- ❖ صبح روز پس از عمل پانسمان تعویض می شود. این پانسمان به مدت دو روز در حفظ می شود و در صورت نداشتن ترشح از محل زخم، نیاز به پانسمان مجدد نمیباشد. بعضی از جراحان پانسمان اولیه را بمدت بیشتری در محل حفظ میکنند.
- ❖ در صورتیکه محل زخم مشکلی نداشته باشد پس از دو تا سه روز میتوان استحمام کرد
- ❖ پس از هفت تا ده روز جهت کشیدن بخیه ها اقدام کنید



فتق (Hernia)

عبارت است از بیرون زدن یکی از اعضای داخلی بدن از راه یک قسمت ضعیف یا یک سوراخ در عضلات اطراف آن. به زبان ساده به بیرون زدگیهای غیر طبیعی موجود در جدار شکم فتق می گویند.

فتق کشاله ران: در این فتق برجستگی در ناحیه کشاله ران و یا درون کیسه بیضه وجود دارد. این نوع از فتق در مردان بسیار شایعتر از زنان است.

فتق رانی: برجستگی در قسمت بالای ران ایجاد شده و در زنان بیشتر از مردان دیده می شود.

فتق نافی: برجستگی در اطراف ناف ایجاد می شود و در صورتی اتفاق می افتد که عضلات اطراف ناف نتوانند کاملاً آن ناحیه را بپوشانند.

فتق برشی: در محل عمل جراحی قبلی روی جدار شکم ایجاد شده و بعلت جدا شدن عضلات از همدیگر در محل عمل جراحی پیشین بوجود می آید

علائم و نشانه های بیماری

❖ احساس ناراحتی در ناحیه کشاله ران و یا درد در آنجا که با بلند کردن جسم و یا خم شدن به جلو این ناراحتی تشدید می شود.

❖ وجود توده برجسته در کشاله ران و یا کیسه بیضه که با لمس دردناک می شود.

❖ وجود برجستگی بدون درد

پزشک به محض برخورد با این برجستگی معاینات خود را برای اثبات تشخیص فتق آغاز می کند. اگر توده فوق در اثر سرفه، خم شدن و یا بلند کردن جسم سنگینی و یا زور زدن بزرگتر شود احتمالاً بیمار دچار فتق می باشد. در کودکان و یا نوزادان باید اندازه توده را هنگام گریه کردن و یا سرفه چک کرد که اگر بزرگتر شود، تشخیص فتق می باشد.

دلایل بیماری

❖ در بسیاری از مواقع هیچگونه دلیل روشنی برای فتق پیدا نمی شود، اگرچه گاهی اوقات این بیماری با بلند کردن وزنه های سنگین رابطه دارد.

❖ گاهی فتق در نوزادان و یا کودکان دیده می شود. در این موارد بافت پوشاننده احشاء داخلی قبل از تولد بطور کامل بسته نشده است.

❖ در شرایط زیر احتمال ایجاد فتق در افراد بالاتر خواهد بود. وجود فتق در خانواده و اقوام نزدیک فرد- ابتلا به بیماری فیروز کیستیک- ابتلا به بیضه نزول نکرده- افراد چاق- افرادی که پروستات بزرگی دارند و باید برای ادرار کردن همیشه زوربزنند- ابتلا به سرفه مزمن- افرادی که بطور مزمن مبتلا به یبوست بوده و برای تخلیه مدفوع خود- باید فشار زیادی به خود بیاورند.

پیشگیری

البته خیلی از موارد فتق دلیل روشنی ندارد ولی رعایت نکات زیر مفید بنظر میرسد:

* استفاده از تکنیک مناسب برای بلند کردن وزنه یا اجسام سنگین

** کاهش وزن در افراد

*** جلوگیری از ایجاد یبوست با خوردن سبزی ها و میوه ها،

نوشیدن مقادیر زیادی مایعات، ورزش منظم، بمحض احساس دفع به دستشوئی رفتن و خودداری از احتباس مدفوع.

مراقبت های قبل از عمل جراحی:

1- یک روز قبل از عمل عمل جراحی در بیمارستان بستری

شوید تا آمادگی های لازم (آزمایش خون ، نوار قلب ، عکس ریه و) برای شما انجام شود

2- در صورت ابتلا و زمینه بیماری و مصرف دارو های خاص به پزشک خود اطلاع داده و مدارک پزشکی خود را همراه داشته باشید

3- از ساعت 12 شب قبل از عمل ناشتا باشید

- ❖ موهای بدن خود را از بالای ناف تا روی ران ها بتراشید
- وجود مو می تواند باعث عفونت بعد از عمل شود
- ❖ به دلیل بی حسی نخاعی شما کوچکترین احساس دردی حین عمل نخواهید داشت



عوامل افزایش دهنده خطر

- ❖ نوزادان و شیرخواران زودرس
- ❖ سن بالای ۶۰ سال
- ❖ سرفه مزمن
- ❖ چاقی
- ❖ حاملگی
- ❖ زور زدن، مثلاً در اثر یبوست مزمن