

## فتق



همدان - پل پیشاهنگی ۴-۳-۰۳-۳۸۲۲۴۰-۸۱

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

### دلایل ایجاد کننده فتق:

شایع ترین نوع فتق، فتق کشاله ران می باشد که در اغلب مردان بروز می کند. عوامل زیر در پیدایش فتق موثر هستند:

- ۱- سرفه زیاد
- ۲- سن بالای ۶۰ سال
- ۳- چاقی
- ۴- بارداری
- ۵- یبوست مزمن
- ۶- بلند کردن اجسام سنگین

### علائم و نشانه های فتق:

- ۱- متورم شدن ناحیه که معمولاً با فشار ملایم یا دراز کشیدن به جای خود بر میگردد.
- ۲- درد در محل بیرون زدگی
- ۳- تورم و درد بیضه در آقایان

### درمان:

ممکن است روده یا اعضای دیگر داخل کیسه فتق گیر کنند و قادر به خارج شدن نباشند و به دنبال آن سیاه شدن و پارگی اتفاق بیفتد بنابراین جراحی تنها راه درمان می باشد. فتق بند هیچ کمکی جهت از بین بردن نمی کند فقط علائم را کاهش می دهد.

### مراقبت های قبل از جراحی:

- ۱- ناشتا بودن بیمار ۶ ساعت قبل از عمل
- ۲- حمام نمودن روز قبل از عمل
- ۳- تراشیدن موهای زائد محل عمل
- ۴- خارج کردن ساعت و انگشتر و ..
- ۵- خارج نمودن دندان مصنوعی قبل از ورود به اتاق عمل
- ۶- هرگونه حساسیت دارویی، غذایی، فصلی و ... را به پزشک و پرسنل اطلاع دهید.
- ۷- دریافت دستبند شناسایی بیمار از قسمت پذیرش

## مراقبت های بعد از عمل:

- ۱- ۴ تا ۶ ساعت بعد از عمل ( هوشیاری کامل ) چیزی نخورید.
- ۲- پس از جراحی ممکن است قادر به دفع ادرار نباشید ، نگران نشوید. این مشکل با گذاشتن کیسه آبگرم بر روی مثانه برطرف خواهد شد. در صورت عدم رفع مشکل اطلاع دهید تا با گذاشتن سوند ادراری موقت رفع گردد.
- ۳- پس از اجازه پزشک به آرامی از تخت خارج شده و قدم بزنید . این امر به بهبودی هرچه سریع تر شما کمک می نماید.
- ۴- برای کم کردن درد ( با نظر پزشک و نوع فتق ) شورت تنگ بپوشید.
- ۵- رژیم غذایی بعد از عمل با مایعات ساده شروع شده و بعد مایعات کامل و سپس رژیم معمولی می باشد.

## مراقبت های در منزل برای ارتقای سلامت:

- ۱- در منزل نیاز به پانسمان ندارید و می توانید حمام کرده و پانسمان را بردارید.
- ۲- محل زخم را خشک و تمیز نگه دارید در صورت وجود ترشح به پزشک مراجعه نمایید.
- ۳- داروهای تجویز شده را طبق دستور مصرف نمایید.
- ۴- از مصرف غذاهای نفاخ پرهیزید.
- ۵- مصرف سبزیجات تازه ، غذای فیبردار و میوه را افزایش دهید.
- ۶- ۳ تا ۵ روز بعد از عمل فعالیت خود را از سر بگیرید ولی از برداشتن اجسام با وزن بیش از ۵ کیلوگرم تا ۶ هفته خودداری کنید.
- ۷- بخیه های شما پس از ۷ تا ۱۰ روز در مطب پزشک کشیده می شود.
- ۸- در صورت بروز علائم زیر به پزشک مراجعه نمائید: قرمزی، تورم و ترشح از محل عمل ، تهوع و استفراغ ، تب و لرز ، نفخ شدید
- ۹- پیاده روی نمائید ، از کشیدن سیگار جداً پرهیز کنید و وزن خود را کنترل نمائید.

## پیشگیری

- ❖ استفاده از تکنیکهای مناسب بلند کردن اجسام
- ❖ کم کردن وزن برای افراد چاق
- ❖ ورزش منظم برای حفظ تون عضلانی
- ❖ رفتن به دستشویی در مواقع نیاز
- ❖ پیشگیری از یبوست با مصرف مواد غذایی فیبر دار ( میوه جات و سبزیجات و ..... ) و مایعات