

## فتق چیست؟

به بیرون زدگی غیر طبیعی 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 گویند.

## انواع فتق شامل:

۱- فتق ناحیه کشاله ران

۲- فتق شکمی

۳- فتق نافی

فتق ممکن است در هر قسمتی از جدار شکم ایجاد گردد ولی بیشتر در ناحیه کشاله ران پدید می آید.



## چه افرادی دچار فتق می شوند؟

فتق کشاله ران ممکن است در هر شخصی، از نوزاد تا فرد مسن، پدید آید. عوامل زیر خطر ایجاد فتق را افزایش می دهند.

۱. سرفه مزمن، مانند افراد سیگاری
۲. چاقی
۳. یبوست مزمن (به دلیل زور زدن)
۴. بارداری
۵. برداشتن اجسام سنگین
۶. سن بالای ۶۰ سال

## علائم فتق

- علامت شایع فتق، تورمی است که معمولاً با فشار ملایم یا دراز کشیدن به جای خود بر می گردد.

- درد در محل بیرون زدگی

- تورم و درد بیضه

## چرا باید فتق را جراحی کرد؟

ممکن است روده یا اعضای دیگر داخل فتق گیر کنند و قادر به

خارج شدن نباشند و بدنبال آن انسداد، سیاه شدگی و پارگی

روده یا عضو گیر افتاده، اتفاق می افتد. همچنین به دلیل

تسکین دردی که با ایستادن یا بلند کردن اشیاء سنگین ایجاد

می شود نیز جراحی صورت می گیرد.

جهت اطلاع از آمادگی قبل از عمل بروشور آموزشی چگونه

برای عمل آماده شویم؟ را مطالعه نمایید.

## پس از جراحی چه مراقبت هایی باید انجام دهیم؟

- پس از جراحی ممکن است قادر به دفع ادرار نباشید. این

مشکل را می توان با گذاشتن کیسه آب گرم بر طرف کرد، در

صورتی که نتوانستید ادرار کنید برای شما سوند ادراری

بصورت موقت گذاشته می شود.

- پس از اجازه پزشک هر چه سریعتر از تخت خارج شده و قدم بزنید. قدم زدن به بهبودی شما کمک می کند.

- 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 (آب معمولی، چای کم رنگ، شربت قند ساده و رقیق، آب

میوه های شیرین صاف شده و رقیق و سوپ تهیه شده از گوشت

بدون چربی و صاف شده) و بتدریج غذاهای خود را ظرف یک تا

دو روز افزایش دهید.

• با انجام تنفس های عمیق خطر عفونت و روی هم خوابیدن

ریه ها را کاهش دهید.

**مرحله اول:** ابتدا دهان خود را ببندید و تا جایی که شکم بر

آمده شود از راه بینی هوا را به داخل بکشید.

**مرحله دوم:** سپس در حالتی که لبهای خود را به صورت غنچه

درآورده اید (مانند حالت سوت زدن) هوا را به بیرون برانید. در

مرحله دوم طوری هوا را به بیرون برانید که زمان بازدم حداقل

دوبرابر زمان دم باشد.

• با تغییر وضعیت بدن خود خطر تشکیل لخته (آمبولی) را

کاهش دهید.



## فتق چیست؟



گروه هدف: بیماران

تهیه و تنظیم: خانم طاووسی (کارشناس پرستاری)

واحد آموزش همگانی: تلفن ۰۲۶۷۲۲۲۲ داخلی ۳۱۴

کد محتوا: G98103

سایت اینترنتی بیمارستان: [www.mrhos.mui.ac.ir](http://www.mrhos.mui.ac.ir)

منبع: آموزش به بیمار، ترجمه دکتر خدیجه

نصیریانی، ۱۳۹۱

مشاور علمی: آقای دکتر عباسیان جراح عمومی

- محل برش جراحی را حین سرفه، عطسه و سسکه کردن با دست یا بالش ثابت نگه دارید تا از ایجاد درد و فشار به ناحیه عمل جلوگیری شود.

### مراقبت در منزل

- معمولاً در منزل نیازی به پانسمان محل عمل ندارید، مگر اینکه زخم ترشح داشته باشد.
- پس از ۷۲ ساعت از عمل می توانید دوش بگیرید
- محل زخم را تمیز و خشک نگذارید.
- داروهای تجویز شده را طبق ساعت های دستور داده شده و دقیق مصرف کنید.
- مصرف غذاهای فیبر دار، میوه ها و سبزیجات تازه را افزایش دهید و پیاده روی کنید.
- در صورتی که ممنوعیت مصرف آب ندارید، روزانه ۸ لیوان آب مصرف نمایید.
- از خوردن غذاهای نفاخ بپرهیزید.
- فعالیتهای عادی خود را سه تا پنج روز پس از عمل از شروع کنید ولی از برداشتن اجسام سنگین با وزن بیش از ۵ کیلوگرم، تمرینات ورزشی خشن و کششی تا ۶ هفته خودداری کنید.
- بخیه ها ۷ تا ۱۰ روز پس از جراحی در اولین ویزیت پزشک کشیده می شوند.

- به منظور جلوگیری از کشیدگی ناحیه عمل برش جراحی به مدت چند هفته از انجام فعالیت جنسی خودداری کنید.

- کنترل قند خون در افرادی که به دیابت مبتلا هستند، لازم است زیرا قند خون بالا روند ترمیم زخم را به تاخیر می اندازد.

- در صورتی که اضافه وزن دارید، وزن خود را کاهش دهید.

- اگر از نسج بدن شما نمونه برداری انجام شده، لازم است نتیجه آزمایش را به پزشک خود نشان دهید تا ادامه درمان انجام گیرد.

در صورت بروز علائم زیر به پزشک خود مراجعه کنید:

- عفونت: تب، درد، ادم، برافروختگی، گرمی، ترشح چرکی و بوی تعفن از برش جراحی
- نفخ شکمی، تهوع و استفراغ
- جدا شدن لبه های زخم از یکدیگر
- عود فتق: تورم سفت، دردناک، کروی و برگشت ناپذیر در ناحیه کشاله ران