

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 ، هرنی یا فتق می گویند .

هرنی (فتق) به چه دلیل بوجود می آید ؟

نوع شایع فتق ، فتق کشاله ران می باشد که اغلب در مردان بروز می کند . عوامل زیر در پیدایش فتق موثرند .

- سرفه زیاد
- سن بالای ۶۰ سال
- چاقی
- بارداری
- یبوست مزمن (به دلیل زور زدن)
- بلند کردن اجسام سنگین
-



فتق چه علائمی دارد ؟

- ۱- علامت شایع فتق ، تورمی است که معمولاً با فشار ملایم یا دراز کشیدن به جای خود بر می گردد .
- ۲- تورم و درد در محل بیرون زدگی

چرا باید فتق را جراحی کرد ؟

ممکن است روده یا اعضای دیگر داخل ساک فتق گیر کنند و قادر به خارج شدن نباشند و بدنیاال آن انسداد ، سیاه شدگی و پارگی روده و یا عضو گیر افتاده ، رخ می دهد . همچنین بدلیل تسکین دردی که با ایستادن یا بلند کردن اشیاء سنگین ایجاد می شود نیز جراحی صورت می گیرد .



آیا می توان به جای جراحی ، از فتق بند استفاده کرد ؟

فتق بند ، هیچ کمکی جهت از بین بردن فتق انجام نمی دهد و فقط علائم آن را کاهش می دهد . بنابراین با وجود استفاده از آن ، فتق همچنان بزرگ می شود و همچنین موجب زخم می شود .



پس از جراحی چه مراقبتهایی باید انجام دهیم ؟

۱- 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 .

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

تهیه کننده: خدیجه علیزاده
سوپروایزر آموزش سلامت
بیمارستان امیرالمومنین چارواپماق
منبع: فیزیولوژی پزشکی گایتون-اسنل

خود مراقبتی در هرنی (فتق)



واحد آموزش به بیمار و سلامت همگانی
با آرزوی سلامتی
آدرس وب سایت بیمارستان :
nkums.ac.ir/category/15413

- ۸- بخیه ها ۷ تا ۱۰ روز پس از جراحی در اولین
ویزیت پزشک کشیده می شود .
۹- تا برطرف نشدن درد و ناراحتی کامل از
رانندگی پرهیزید .

در صورت بروز علائم زیر به پزشک خود مراجعه کنید :

- > قرمزی ، تورم و ترشح از محل عمل
- > تب و لرز
- > تهوع و استفراغ
- > نفخ شدید

- ۳- برای کم کردن درد (با نظر پزشک معالج و بسته به نوع
فتق) از لباس زیر مناسب استفاده کنید .
۴- رژیم غذایی خود را با مایعات و سیس یا غذاهای سبک
شروع کنید و بتدریج غذاهای خود را طرف یک تا دو روز
افزایش دهید .

چه مراقبتهایی را باید در منزل انجام دهید ؟

- ۱- معمولا در منزل نیازی به پانسمان محل عمل
ندارید ، مگر اینکه زخم ترشح داشته باشد .
- ۲- پس از ۴۸ ساعت از عمل می توانید دوش بگیرید .
- ۳- محل زخم را تمیز و خشک نگه دارید .
- ۴- داروهای تجویز شده را طبق ساعتهای دستور داده
شده و دقیق مصرف کنید . از مصرف خود سرانه
دارو یا تجدید نسخه پزشک خودداری کنید .
- ۵- مصرف غذاهای فیبر دار ، میوه ها و سبزیجات تازه
را افزایش دهید .
- ۶- از خوردن غذاهای تفاخ پرهیزید . و با قدم زدن و
مصرف میوه و سبزی از بروز یبوست جلوگیری کنید
- ۷- فعالیتهای عادی خود را در ۳ تا ۵ روز پس از عمل
از سر بگیرید ، ولی از برداشتن اجسام سنگین تا ۶
هفته خودداری کنید.