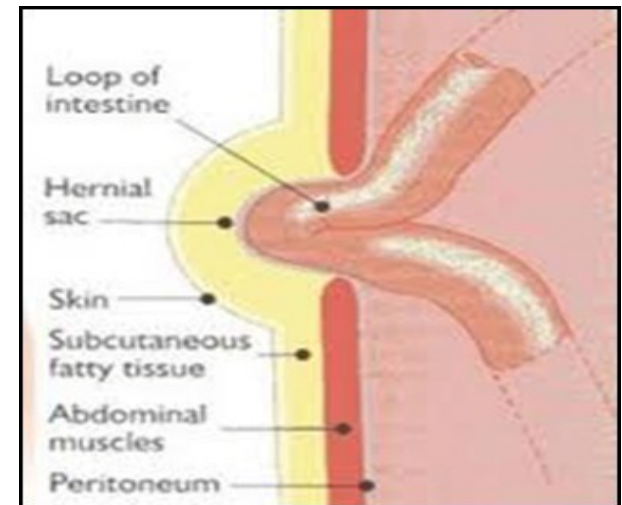


دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی هرمزگان  
بیمارستان پیامبر اعظم ص قشم  
**فتق یا هرنی چیست ؟**



شناسنامه پمفلت آموزشی کد SU-09-98

عنوان	فتق یا هرنی چیست؟
تهیه کننده	ایرما ریحانی کارشناس پرستاری زهرا نامدار کارشناس پرستاری
تایید کننده	کمیته آموزش به بیمار
سال تهیه	بهار ۱۳۹۸
ناظر کیفی	متخصص جراحی
دکتر سارا اکبر نژاد دکتر امیر مسعود عزیز پور	سوپروایزر آموزش به بیمار ایرما ریحانی

**فتق یا هرنی چیست؟**

به معنی باز شدن و بیرون زدگی یک عضو یا ساختمان از حفره طبیعی خود می باشد.

فتق کشاله ران زمانی رخ میدهد که بخشی از یک عضو معمولا روده ها از درون یک محل یا پارگی از درون دیواره شکمی بیرون زده می شود.

**علل انواع فتق ها:**

ضعیف شدن عضلات جدار شکم، با لارفتن سن یا بعلت افزایش فشار داخل شکم (سرفه های شدید و طولانی- کار سنگین - بیوست مزمن و ..) ایجاد می شود. فتق ممکن است در نوزادان و شیرخواران نیز مشاهده شود.

**انواع فتق و علائم آن:**

**فتق کشاله ران:**

به صورت برآمدگی در قسمت بالائی کشاله ران مشاهده می شود. این برآمدگی با عطسه و سرفه و برداشتن جسم سنگین و در حالت ایستاده بزرگتر می شود و دردناک است.

**فتق نافی:**

برآمدگی در اطراف ناف مشاهده می شود معمولا با گریه برجسته ترمی شود و دردناک نیست.

**فتق شکافی:**

برجستگی در قسمتی از شکم که قبلا جراحی شده است و عضلات آن ضعیف است مشاهده می شود.

**درمان:**

درمان فتق کشاله ران در بزرگسالان، شیرخواران و کودکان جراحی است. اما در مورد فتق نافی شیرخواران در صورت آنکه اورژانس نباشد با نظر متخصص جراحی می توان صبر کرد.

**آموزش ها و مراقبتهای قبل از عمل:**

- این عمل به روش بیحسی ناحیه ای یا بی حسی موضعی و یا بیهوشی عمومی انجام می شود.
- شب قبل از عمل استحمام نمایید.
  - موهای محل عمل با تیغ تمیز شود.
  - از شب قبل ناشتا باشید.
  - در صورت آنکه داروی خاصی مصرف میکنید مخصوصا آسپرین به پزشک اطلاع دهید.
  - فرم رضایت عمل را تکمیل نمایید.

**مراقبتهای بعد از عمل جراحی:**

- تا زمانی پزشک اجازه نداده است چیزی نخورید.
- در صورت وجود درد شدید، استفراغ و خونریزی از محل زخم به پرستار اطلاع دهید.
- داروهای تجویز شده را به موقع مصرف کنید و آنتی بیوتیک هارا با یک لیوان آب بخورید .
- جسم سنگین بلند نکنید.
- سرفه و عطسه شدید نکنید.
- در صورت داشتن بیوست به پزشک اطلاع دهید.
- بیوست را با مصرف مایعات، سبزیجات و میوه جات و تحرک کافی کاهش دهید.

## پروردگار سلامتی خود را بازیافته و از بیمارستان مرخص

شوید



## جهت پیشگیری از عود مجدد فتق به نکات زیر توجه کنید:

- در صورت آنکه چاق هستید وزن‌تان را کاهش دهید.
- در صورت ابتلا به بیماری‌های ریه که سرفه طولانی و شدید دارید علت بیماری باید برطرف شود.
- اگر با توجه به شغل‌تان مجبور به حمل وسایل سنگین هستید، جهت جلوگیری از عود فتق باید از کارهای سنگین پرهیز کنید.
- بیوست و نگه داشتن مدفوع به مدت طولانی باعث عود مجدد فتق می‌گردد. مراقب تغذیه خود باشید و تحرک داشته باشید.
- سیگار و قلیان نکشید.

توصیه های پزشک معالج و پرستاران را در مورد

مراقبت از خود بدقت انجام دهید تا به امید

## مراقبت در منزل :

- فعالیت‌های معمولی خود را یک هفته بعد از عمل می‌توانید از سر بگیرید. موقع بلند شدن مراقب باشید به محل عمل فشار وارد نشود.
- داروهای خود را به موقع مصرف نمایید.
- پانسمان شما ۲ روز بعد از عمل برداشته می‌شود تا دوز پانسمان بر روی ناحیه باشد و سپس به حمام بروید و با شامپو بچه محل عمل را بشوئید و سپس خشک نمایید؛ دیگر نیاز به پانسمان نمی‌باشد.
- جهت کشیدن بخیه ۱۰ روز بعد از عمل به جراح مراجعه کنید.
- تا ۶ هفته رانندگی و تا ۶ ماه ورزش‌های سنگین انجام ندهید.
- جهت آگاهی از زمان داشتن فعالیت جنسی از پزشک خود سوال فرمائید.
- در تاریخی که پزشک و پرستار به شما اعلام می‌کنند جهت معاینه به پزشک مراجعه نمایید.

## رژیم غذایی:

- رژیم غذایی شما بعد از ترخیص معمولی است اما از خوردن مواد غذایی که باعث سفتی شکم و نفخ می‌شوند مانند تخم مرغ، لوبیا و مواد محرک مانند فلفل، ترشی و انواع سس‌ها خودداری کنید.
- از غذاهای پرپروتئین و سبزیجات و میوه‌جات که ویتامین سی دارند که جهت بهبود زخم به شما کمک میکنند استفاده کنید.