

## فتق چیست؟

به بیرون زدگی غیرطبیعی 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

✍ فتق ناحیه کشاله ران

✍ فتق شکمی

✍ فتق نافی

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



## چه افرادی دچار فتق می‌شوند؟

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

✓ سرفه مزمن، مانند افراد سیگاری

✓ چاقی

✓ یبوست مزمن (به دلیل زور زدن)

✓ بارداری

✓ برداشتن اجسام سنگین

✓ سن بالای ۶۰ سال

## فتق چه علائمی دارد؟

✍ علامت شایع فتق، تورمی است که معمولا با فشار ملایم یا دراز کشیدن به جای خود برمی‌گردد.

✍ درد در محل بیرونزدگی

✍ تورم و درد بیضه

## چرا باید فتق را جراحی کرد؟

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

جهت اطلاع از آمادگی‌های قبل از عمل بروشور آموزشی چگونه

برای عمل آماده شویم؟ را مطالعه نمایید.

## پس از جراحی چه مراقبت‌هایی باید انجام دهیم؟

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

را می‌توان با گذاشتن کیسه آب گرم برطرف کرد.

✍ در صورتی که نتوانستید ادرار کنید برای شما سوند ادراری

بصورت موقت گذاشته می‌شود.

✍ پس از اجازه پزشک هرچه سریعتر از تخت خارج شده و قدم

بزنید. قدم زدن به بهبودی شما کمک می‌کند.

✍ 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،

آبمیوه‌های 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 تنفس‌های عمیق خطر عفونت و روی هم خوابیدن

ریه‌ها را کاهش دهید. مرحله اول: ابتدا دهان خود را ببندید و تا جایی که شکم برآمده شود از راه بینی هوا را به داخل بکشید.

مرحله دوم: سپس درحالتی که لبهای خود را به صورت

غنچه درآورده‌اید (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.

✍ محل برش جراحی را حین سرفه، عطسه و سکسکه کردن با



مرکز آموزشی درمانی امام موسی کاظم (ع)

## فتق چیست؟

جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفنهای ۳۰۶ صبح‌ها و

۱۱۴ عصر و شب تماس حاصل نمایید.

۰۳۱-۳۳۴۵۷۶۷۰-۳

شماره تلفن گویا نوبت گیری از درمانگاه‌ها:

۰۳۱-۳۳۰۳۳۹۷۰

برنامه پزشکان متخصص جراح درمانگاه اورژانس

روز	پزشکان فوق تخصص
شنبه	دکتر عمرانی فر (صبح‌ها) - دکتر یدالهی (عصر‌ها)
	خانم دکتر یادگاری - خانم دکتر فرزام نیا
یک شنبه	دکتر ادیب (صبح‌ها) - آقای دکتر یدالهی
دو شنبه	خانم دکتر مستاجران - خانم دکتر صادقی
سه شنبه	آقای دکتر پیری - آقای دکتر صادقی
چهارشنبه	آقای دکتر قانعی - خانم دکتر یادگاری آقای دکتر معین

www.savaneh.mui.ac.ir

✓ دست یا بالش ثابت نگه دارید تا از ایجاد درد و فشار به ناحیه عمل جلوگیری شود.

## چه مراقبت‌هایی را باید در منزل انجام دهیم؟

⇐ معمولا در منزل نیازی به پانسمان محل عمل ندارید، مگر اینکه زخم ترشح داشته باشد.

⇐ پس از ۷۲ ساعت از عمل می‌توانید دوش بگیرید.

⇐ محل زخم را تمیز و خشک نگهدارید.

⇐ داروهای تجویز شده را طبق ساعت‌های دستور داده شده و دقیق مصرف کنید.

⇐ مصرف غذاهای فیبردار، میوه‌ها و سبزیجات تازه را افزایش دهید. پیاده روی کنید.

⇐ در صورتی که ممنوعیت مصرف آب ندارید، روزانه ۸ لیوان آب مصرف نمایید.

⇐ از خوردن غذاهای نفاخ پرهیزید.

⇐ فعالیت‌های عادی خود را در سه تا پنج روز پس از عمل از سر بگیرید، ولی از برداشتن اجسام سنگین با وزن بیش از ۵ کیلوگرم،

تمرینات ورزشی خشن و کششی تا ۶ هفته

⇐ بخیه‌ها ۷ تا ۱۰ روز پس از جراحی در اولین ویزیت پزشک

کشیده می‌شوند.

⇐ 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 می‌اندازد.

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

⇐ اگر از نسج بدن شما نمونه‌برداری 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 همراه با علائم: تب، درد، ادم، برافروختگی،

گرمی، ترشح چرکی و بوی تعفن از برش جراحی

✓ نفخ شکمی، تهوع و استفراغ

✓ جدا شدن لبه‌های زخم از یکدیگر

✓ عود فتق: تورم سفت، دردناک، کروی و برگشت ناپذیر

در ناحیه کشاله ران

منبع: آموزش به بیمار، ترجمه دکتر خدیجه نصیریانی، ۱۳۹۱

## تایید کننده:

آقای دکتر عابدینی

(متخصص جراحی عمومی)