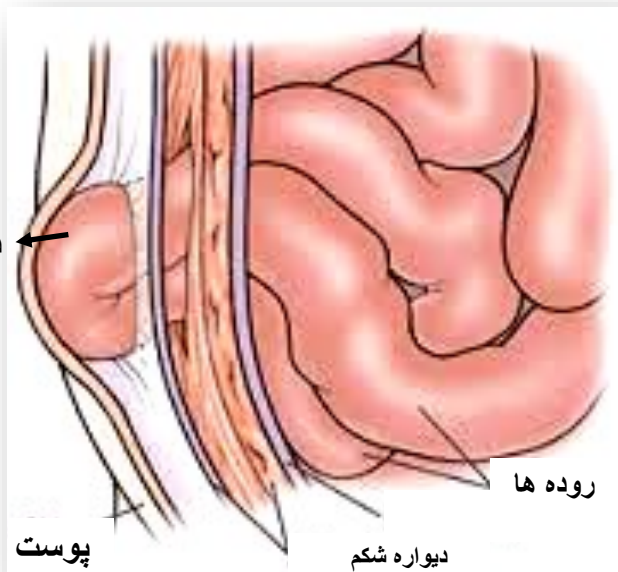




بیمارستان خیریه امام سجاد (ع)

آموزش به بیمار

فتق (هرنی)



بیمارستان امام سجاد (ع)

واحد آموزش به بیمار

برای پیشگیری از فتق باید چه کار کنیم:

- ← اگر سرفه یا عطسه داشته باشید که از بین نمی رود، با پزشک خود صحبت کنید.
- ← ترک سیگار
- ← رژیم غذایی سالم با خوردن میوه ها، سبزیجات غلات داشتن وزن نرمال
- ← ورزش و فعالیت بدنی
- ← درمان یبوست
- ← هنگام بلند کردن یک جسم سنگین، به جای کمر خود از زانوی خود خم شوید.



منبع : ۲۰۲۰ www.medline plus. gov

آدرس :

مشهد، بلوار شهید آوینی (گلشهر)، شهید آوینی ۳۳،

بیمارستان امام سجاد (ع)

تلفن: ۰۵۱۳ ۲۵۹۰۱۳۳ بخش جراحی داخلی ۱۵۰

سایت بیمارستان:

<http://sajjadhospital.com/>

لینک آموزش / آموزش به بیمار

- ⑤ در آقایان در صورتیکه بعد از عمل بیضه ها متورم باشند میتوان با استفاده از کیسه یخ روی بیضه یا با بالا نگه داشتن آن درد و تورم ناحیه را کاست .
- ⑤ جهت جلوگیری از تب یا عفونت ریه مرتباً هر ۴-۳ ساعت تنفس عمیق داشته باشید و توسط همراه دو طرف ریه از پشت ضربه های آهسته زده شود.
- ⑤ جهت سرفه کردن با دست یا بالشتی ناحیه عمل را حمایت کنید و بعد از تنفس عمیق سرفه نمایید.
- ⑤ اگر نمونه برای ارسال به آزمایشگاه داشتید پس از دریافت جواب جهت رویت به پزشک خود مراجعه نمایید.

زمان مراجعه به پزشک :

- ◆ در صورت داشتن تب و قرمزی در محل عمل و داشتن ترشحات چرکی حتماً به پزشک خود مراجعه کنید.
- ◆ در تاریخ توصیه شده جهت معاینه به پزشک معالج خود مراجعه نمایید.

مطالب پیش روی شما محتوی مطالب آموزشی برای مراقبت از بیماریتان می باشد. امیدواریم با رعایت نکات ذکر شده در آن سلامت خود را بازیابید .



فتق چیست؟

به بیرون زدگی های غیر طبیعی جدار شکم فتق میگویند. که گاهی اوقات به دلیل متوقف شدن جریان خون در محل فتق مختنق (گیر افتاده) می شود. مردان و زنان هر دو می توانند فتق داشته باشند ممکن است فتق (مادرزادی) باشد. فتق انواع مختلفی دارد که تقسیم بندی آن براساس محلی است که فتق اتفاق می افتد.

علائم:

- ◆ احساس ناراحتی در ناحیه کشاله ران و یا درد در آنجا که با بلند کردن جسم و یا خم شدن به جلو این ناراحتی تشدید می شود.
- ◆ وجود توده برجسته در کشاله ران و یا کیسه بیضه که با لمس دردناک می شود.
- ◆ وجود برجستگی بدون درد در بچه ها

تقریباً تمام موارد فتق احتیاج به جراحی دارد که بهتر است این عمل قبل از ایجاد عوارض انجام شود.

مراقبتهای بعد عمل:

رژیم غذایی: طبق دستورات جهت شروع رژیم مایعات از آب ولرم و یا چای استفاده کنید و اگر خوب راه رفتید و دفع گاز و اجابت مزاج داشتید . از رژیم غذایی نیمه جامد و کم کم جامد استفاده نمائید. در منزل از مایعات و رژیم غذایی نرم بیشتر استفاده کنید. خوردن غذاهای پر فیبر (میوه و سبزیجات تازه) و نوشیدن مقدار زیاد آب می کمک کننده می باشد. از خوردن قهوه غذاهای محرک زرا و پر ادویه پر چربی کافئین و دخانیات خودداری کنید.

مراقبت از زخم در منزل :

جهت تعویض پانسمان طبق دستور پزشک معالج عمل نمائید و جهت تعویض پانسمان به مرکز درمانی مراجعه نمائید.



*در هنگام راه رفتن کیسه را پائین نگه دارید تا ترشحات برنگردد.

*داروهای تجویز شده را طبق دستور پزشک مصرف نمائید.

*بعد از عمل بیشتر راه بروید و جهت حمایت از زخم می توانید از شکم بند استفاده نمائید.

*انجام فعایتهای بدنی به مدت ۷-۵ روز و برداشتن اجسام سنگین ۳ ماه بعد از عمل ممنوع می باشد.

*در صورت بی حسی نخاعی (اسپینال) در شبانه روز ۲ تا ۳ لیتر آب مصرف کنید .

*از زور زدن در هنگام اجابت مزاج خودداری نمائید
*در روزهای اول بعد از ترخیص توصیه می شود از پله ها بالا نروید.

در صورتیکه بعد از عمل دچار احتباس ادراری شدید می توانید از کیف آب گرم یا ریختن آب گرم روی ناحیه تناسلی و یا باز کردن شیر آب جهت رفع مشکل استفاده نمائید و در صورت ادامه مشکل در منزل به پزشک خود مراجعه نمائید.