**هرنیا:**

به بیرون زدگی غیر طبیعی یکی از اعضا 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 میگویند.هرنیا یا فتق به چند دلیل به وجود می آیند:

نوع شایع فتق ، فتق کشاله ران می گویند که اغلب در مردان بروز می کند .

 **عوامل زیر در پیدایش فتق موثرند:**

\*سرفه زیاد

\*- سن بالای شصت سال .

\*- چاقی

\*- بارداری

\*- یبوست مزمن بعلت زور زدن

\*-سیگار

\*- بلند کردن اجسام سنگین

**فتق چه علائمی دارد:**

\*- علامت شایع فتق ، تورمی است که معمولا با فشار ملایم یا دراز کشیدن بجای خود برمی گردد.

\*- تورم و درد در محل بیرون زدگی

**چرا باید فتق را جراحی کرد:**

ممکن است روده یا اعضای دیگر داخل کیسه فتق گیر کنندوقادر به خارج شدن نباشند وبه دنبال آن انسداد ، سیاه شدگی. پارگی روده ویا عضوگیر افتاده رخ دهد.همچنین به دلیل تسکین دردی که با ایستادن یا بلند کردن اشیا سنگین ایجاد میشودنیز جراحی صورت میگیرد.

**آیا میتوان بجای جراحی از فتق بند استفاده کرد:**

فتق بند هیچ کمکی جهت از بین بردن فتق انجام نمیدهد و فقط علائم آن را کاهش می دهد.بنابراین با

وجود استفاده از آن فتق همچنان بزرگ میشود وهمچنین موجب زخم میشود.

**پس از جراحی چه مراقبت هایی بایست انجام دهیم:**

\*- پس از جراحی ممکن است قادر به دفع ادرار نباشیم این مشکل را میتوان با گذاشتن کیسه آب گرم برطرف کرد در صورتیکه نتوانستید ادرار کنید برای شما سوند ادراری به صورت موقت گذاشته میشود.

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

\*-برای کم کردن درد با نظر پزشک معالج وبسته به نوع فتق از لباس زیر مناسب استفاده کنید .

\*- رژیم غذایی خود را با مایعات سپس با غذاهای سبک شروع کنید.و به تدریج غذاهای خود را ظرف یک تا دو روز افزایش دهید.

**چه مراقبت هایی را بایست در منزل انجام دهید:**

\*- معمولا در منزل نیاز به پانسمان محل عمل ندارید مگر اینکه زخم ترشح داشته باشد .

\*- بعداز 48 ساعت از عمل میتوانید دوش بگیرید.

\*- محل زخم را تمیز و خشک نگه دارید.

\*- داروهایی تجویز شده را طبق ساعت های دستور داده شده ودقیق مصرف کنید از مصرف خودسرانه دارو یا تجدید نسخه پزشک خودداری کنید.

\*- مصرف غذاهای فیبر دار میوه ها وسبزیجات تازه را افزایش دهید.

\*- از خوردن غذاهای نفاخ بپرهیزید وبا قدم زدن ومصرف میوه و سبزی از بروز یبوست جلوگیری کنید.

\*- فعالیت های عادی خود را در 3 تا 5 روز بعد از عمل از سر بگیرید ولی از برداشتن اجسام سنگین تا 6 هفته خودداری کنید.

\*- بخیه ها 7 تا 10 روز بعد از جراحی در اولین ویزیت پزشک کشیده میشود.

\*- تا برطرف نشدن درد وناراحتی کامل از رانندگی بپرهیزید.

در صورت بروز علائم زیر به پزشک خودمراجعه کنید:

\*- تب ولرز

\*- تهوع واستفراغ

\*- نفخ شدید

\*- قرمزی تورم وترشح از محل عمل



**هرنیا**

**بیمارستان ولی عصرممسنی**



**تهیه کننده: طيبه محمدي ( کارشناس پرستاری ،رابط آموزشی بخش جراحی عمومی)**

**تایید کننده:دکترجواد یاوری جراح عمومی**

**منبع:**

**کتاب برونر و سودارث**

**بهار1403**