Hernia

آموزش به بیمار

آموزش زمان

ترخیص

فتق یا هرنی زمانی رخ می دهد که بخشی از یک عضو(معمولاً روده ها) از درون یک محل سست یا پارگی در دیوارۀ شکمی که اورگانهای شکمی را حمایت می کنند بیرون بزند. تقریباً همۀ فتق ها به جراحی نیاز دارند،ترجیحاً قبل از این که عوارض رخ دهد ،تا قسمت فتق یافته روده به جایش برگردانده شده و عضلات ضعیف دیوارۀ شکم ترمیم شوند. ترمیم فتق با بی حسی موضعی یا عمومی بصورت سرپایی انجام می شود.در ابتدا از راه یک برش، روده به درون حفرۀ شکم برگردانده می شود.سپس ،عضلات و بافت فاشیا توسط بخیه بهم نزدیک شده و فتق ترمیم می گردد.یک تکه از توری پلاستیکی اغلب جهت تقویت نقص دیواره شکم استفاده می شود.

مراقبت از محل عمل:

- **صبح روز پس از عمل پانسمان تعویض می شود.طبق نظر پزشک و میزان ترشحات پانسمان بایستی تعویض گردد**
- **با نظر پزشك پس از هفت تا ده روز بخيه ها كشيده می شود.**
- بعد از كشيدن بخيه ها مي توانيد محل زخم را با آب و صابون غير التهابي شستشو دهيد و به آرامي خشک كنيد.

- جهت حمایت از زخم می توانید از شکم بند استفاده نمایید . درصورتی که بعد از عمل دچار احتباس شدید ادراری شدید می توانید از کیف آب گرم یا ریختن آب گرم روی ناحیه ی تناسلی یا باز کردن شیر آب جهت رفع مشکل استفاده نمایید و در صورت ادامه مشکل در منزل به پزشک خود مراجعه نمایید.

رژیم غذایی:

- پس از هوشیاری کامل و طبق نظر پزشک پس از گذشت ٦ساعت از زمان عملتان شما میتوانید رژیم غذاییتان را شروع کنید ابتدا از مایعات شفاف (چای کمرنگ و..) استفاده نموده و در صورت عدم تهوع و استفراغ سوپ و غذاهای سبک و درصورت نداشتن مشکل رژیم جامدات آغاز شود.

- پس از ترخیص لازم است از غذاهایی که باعث جلوگیری از یبوست میشوند استفاده کرد. **براي پيشگيري از يبوست از ميوه جاتی مانند کیوی، آلو، انجیر و .... استفاده کنید.**
- از مصرف غذاهای نفاخ مانند حبوبات ، کلم پیچ و.. خودداری کنید.
- **سعی کنید از نوشابه هاي گازدار و الکل استفاده نکنید.**

فعالیت ها:

- بعد از عمل **تا زمان اجازه پزشک و پرستارتان از تخت خارج نشوید. پس از اجازه در تخت نشسته و در صورت عدم سرگیجه و تهوع از تخت خارج شده و و سپس با کمک همراه اطراف تخت راه بروید و پیاده روی را شروع کنید . پیاده روی باعث خروج گازهای شکمی و کاهش درد و بهبودی را سرعت می بخشد.**
- **انجام فعالیتهای بدنی به مدت ۷ تا ۱۰ روز وبرداشتن اجسام سنگین تا ۳ ماه بعد از عمل ممنوع می باشد.**
- **در هنگام بالا و پایین رفتن از تخت و پله و سرفه کردن با گذاشتن دست روی ناحیه عمل از فشار به بخیه ها جلوگیری کنید.**
- **جهت بهبود روند تنفس و تسهیل خروج ترشحات ریه در وضعیت نیمه نشسته قرار گرفته و سرفه وتنفس عمیق انجام دهید.**

استحمام:

-در صورتیکه محل زخم مشکلی نداشته باشد پس از۳تا ۷روز میتوان استحمام کرد. استحمام در صورت داشتن درن دو روز بعد از

خروج درن خواهد بود و تا زمان وجود درن یا باز بودن زخم پانسمان روزانه انجام خواهد شد.پس از استحمام محل جراحی با سشوار خشک گردد.

رانندگی:

۷تا ۱۰روز بعد از عمل رانندگی بلامانع است.

درمان دارویی:

مسکن و آنتی بیوتیک و سایر داروهایی که پزشکتان برایتان نوشته را طبق ساعت مصرف نمائید

علایم هشدار براي مراجعه به پزشک یا اورژانس بیمارستان:

1) تب مزمن بالای ۳۹ درجه
۲) خونریزی
۳) ورم شکم یا کشاله ران
٤) دردی که با داروهای تجویز شده آرام نشود
٥) تهوع ، استفراغ مداوم
٦) عدم توانایی در دفع ادرار
۷) لرز
۸) سرفه مداوم یا تنگی نفس
۹) ترشح چرکی از ناحیه برش خورده
۱۰) قرمزی اطراف محل جراحی که در حال پیشرفت باشد.
۱۱) عدم توانایی در خوردن و آشامیدن

شناسنامه محتوای آموزشی	
موضوع	خودمراقبتی در جراحی هرنی
تهیه کننده	سجاد وردی سوپروایزر آموزش
تایید کننده علمی	دکتر مسعود بنایی
سمت	جراح و متخصص کلیه و مجاری ادراری
تاریخ تهیه	۱٤۰۲
تاریخ بازنگری	۱٤۰٤
کد	MA-FO-09

بیمارستان فوق تخصصی آیت