



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران
مردمان سالم...

فتق کشاله ران



پیشگیری

- ♦ حفظ وزن مناسب
- ♦ اجتناب از بلند کردن اجسام سنگین
- ♦ مصرف غذاها با فیبر بالا جهت جلوگیری از یبوست
- ♦ نکشیدن سیگار

قابل توجه مددجویان محترم :

واحد ارتقاء سلامت بیمارستان آماده پاسخگویی به سؤالات شما در خصوص پیشگیری، درمان، مراقبت از بیماری و نحوه پیگیری می باشد. در صورت نیاز ، می توانید با شماره تلفن بیمارستان (۳۳۳۲۰۱۲۵ داخلی ۲۴۱) و یا آدرس اینترنتی <https://sarallah.abzums.ac.ir> تماس حاصل فرمایید. با سپاس

تهیه و تنظیم : واحد آموزش و ارتقاء سلامت

بازنگری اردیبهشت ۱۴۰۲

منبع: نصیری زیبا ، فریبا- درسنامه پرستاری

داخلی - جراحی برونر سودارث(کوارش)

۲۰۱۴، جلد ۹- نشر جامعه نگر

♦ رژیم غذایی پس از ترخیص رژیم معمولی است.

♦ بعد از ترخیص راه رفتن بلا مانع است ولی سعی کنید در زمان برخاستن و نشستن فشاری به ناحیه عمل وارد نشود.

♦ تا دو هفته از انجام رانندگی خودداری نمایید.

♦ هفت روز پس از جراحی جهت معاینه و در صورت صلاحدید برداشتن بخیه به پزشک خود مراجعه فرمائید.

♦ انجام فعالیتهای ورزشی ۳ ماه پس از عمل جراحی بلامانع است.

♦ پرهیز از سرفه کردن شدید و یبوست تا ۶ هفته

خود مراقبتی

- به منظور جلوگیری از یبوست از مایعات بیشتر و رژیم غذایی پر فیبر شامل مغزها، نان، سبزیجات، سوپ، غلات و... استفاده نمایید.

- در صورتی که ممنوعیتی وجود ندارد روزانه ۲ تا ۳ لیتر آب بنوشید.

- در صورت افزایش وزن حتماً با دستور متخصص تغذیه وزن خود را کاهش دهید.

- در صورت وابستگی به دخانیات با نظر پزشک و روانشناس برای ترک آن اقدام فرمائید.

- در صورت خونریزی و عفونت ناحیه جراحی به پزشک جراح خود مراجعه نمایید.

با آرزوی سلامتی برای شما مددجوی گرامی

تعریف:

فتق کشاله ران زمانی ایجاد می‌شود که بخشی از بافت روده از درون یک نقطه دارای ضعف در عضلات شکم بیرون می‌زند این برآمدگی می‌تواند دردناک باشد به خصوص هنگامی که فرد سرفه می‌کند، خم می‌شود و یا یک جسم سنگین را بلند می‌کند. فتق ممکن است در هر قسمتی از جدار شکم ایجاد گردد ولی بیشتر در ناحیه کشاله ران پا پدید می‌آید. فتق کشاله ی ران لزوماً خطرناک نیست. این نوع فتق خودبخود بهبودی نمی‌یابد ولی با این حال می‌تواند به عوارض تهدید کننده حیات منجر شود.



چه افرادی دچار فتق می‌شوند؟

عوامل زیر خطر ایجاد فتق را افزایش می‌دهند:

- افزایش فشار درون شکم
- وجود ضعف در دیواره شکم
- ترکیبی از افزایش فشار درون شکم و یک نقطه ضعف از قبل موجود در دیواره شکم
- زور زدن در هنگام دفع مدفوع یا ادرار کردن
- فعالیت شدید
- بارداری
- سرفه یا عطسه مزمن

نشانه ها

معمولاً به صورت یک برآمدگی در ناحیه کشاله ران بوجود می‌آید. این برآمدگی معمولاً در وضعیت ایستاده بیشتر شده و در حالت خوابیده جا رفته و یا کوچکتر می‌شود. علامت دیگر درد است. معمولاً خفیف و مبهم بوده و در حالت ایستاده احساس اجابت مزاج و یا تخلیه ادرار و یا برداشتن جسم سنگین شدید تر می‌گردد.

درمان

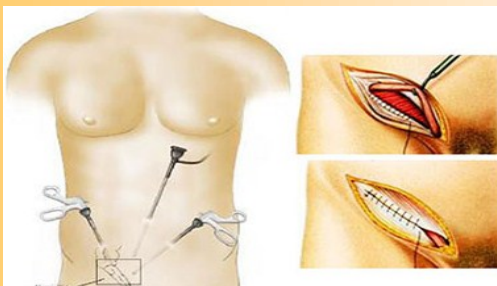
هرگاه در ناحیه کشاله ران توده ای ظاهر گردد بیمار باید به پزشک جراح مراجعه نماید. در صورت عدم درمان، فتق پیشرفت کرده و خطر انسداد روده، بیمار را تهدید می‌کند که می‌تواند منجر به عمل اورژانس گردد. درمان فتق کشاله ران جراحی می‌باشد. دو نوع کلی از عملیات جراحی فتق وجود دارد: جراحی فتق بصورت باز و یا لاپاروسکوپی.

در روش جراحی فتق بصورت باز، که ممکن است با بی‌حسی موضعی و یا بیهوشی عمومی انجام شود، جراح یک برش در ناحیه کشاله ران ایجاد و بافت بیرون زده را به شکم برمی‌گرداند. گاهی برای تقویت نقاط دارای ضعف از مش (بستری مصنوعی جهت افزایش استحکام بافت شکم) استفاده می‌کند، سپس منطقه ضعیف را می‌دوزد.

در جراحی به روش لاپاروسکوپی که نیاز به بیهوشی عمومی دارد، با حداقل تهاجم، جراح از طریق چند سوراخ کوچک در سطح شکم به داخل شکم دسترسی پیدا می‌کند. با عمل جراحی لایه های ضعیف شده جدار شکم تقویت شده و مشکل بیمار مرتفع می‌گردد.

آمادگی قبل عمل

- ◇ مراجعه به جراح و اخذ پذیرش
- ◇ معاینه بوسیله پزشک بیهوشی
- ◇ پاک نمودن موهای ناحیه عمل بلافاصله قبل از عمل
- ◇ استحمام بعد از زدن موهای زائی
- ◇ ناشتا بودن حداقل ۸ ساعت قبل از عمل
- ◇ قطع مصرف آسپرین ۷ تا ۱۰ روز قبل از عمل
- ◇ اطلاع سابقه بیماری قلبی، بیماری های ارثی و داروهای مصرفی به پزشک



مراقبت های پس از عمل

- ◇ رژیم غذایی طبق نظر پزشک
- ◇ ۸ تا ۱۲ ساعت پس از عمل در صورت بی‌حسی کمری، بسته به نظر پزشک معالج از تخت پایین نیایید.
- ◇ دو روز بعد از عمل می‌توان استحمام نمود.
- ◇ انجام کارهای شخصی و عادی پس از ترخیص بلامانع است.
- ◇ از انجام کارهای سنگین تا ۸ هفته خودداری نمائید.