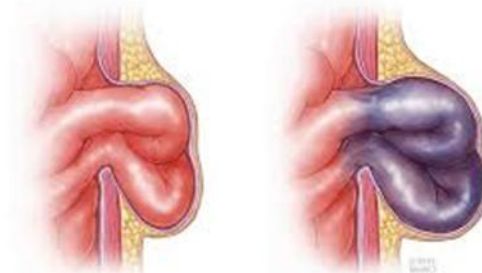


هرنی یا فتق چیست؟

فتق به بیرون زدگی و یا خارج شدن هر چیزی از جای اصلی خودش در بدن گفته می شود. هر جایی که جداره بافت نگه دارنده یک ارگان ضعیف باشد فتق می تواند اتفاق بیفتد. بطور مثال فتق شکمی، فتق کشاله ران، فتق ناف، فتق دیسک بین مهره ای.



علت بیماری فتق:

فتق به دلایل مختلفی به وجود می آید که عبارتست از: مادرزادی - کشیدن سیگار - چاقی - بلند کردن اجسام سنگین بدون آمادگی جسمی - سرفه های شدید مزمن

درمان:

همه فتق ها را باید در نهایت با روش

جراحی درمان کرد، تنها مورد استثنا، فتق نافی در کودکان است که ممکن است خودبخود درمان شود.

انواع عمل جراحی فتق:

به دو روش عمل باز و لاپاروسکوپی جراحی انجام میشود

فعالتهای پس از عمل جراحی فتق:

- 1- به مدت 6 هفته از سرفه کردن ، زور زدن، کشیدن بدن، پیوست ، بلند کردن اجسام سنگین تر از 5 کیلوگرم و تمرینات ورزشی سنگین پرهیز کنید.
- 2- در حین سرفه کردن، عطسه کردن و سسکه توسط دست یا بالش محل عمل جراحی را ثابت نگه دارید
- 3- چهار می تواند 3 تا 5 روز پس از عمل به فعالیت های روزمره خود پردازد ولی فعالیت سنگین باید حداقل به مدت 2 ماه ترجیحا تا 6 ماه انجام نشود
- 4- برای بازگشتن به کارهای دفتری 2 هفته و کارهای سخت 6 هفته بعد از عمل صبر کنید.
- 5- با نظر پزشک معالج ، روز بعد از عمل میتوانید کم بنشینید و سپس با کمک همراه ، اطراف تخت راه بروید بهتر است طی فاصله اول از راه رفتن غیر ضروری خودداری شود

مراقبت های پس از جراحی لاپاروسکوپی فتق

حمام: دوش گرفتن و حمام 24 تا 48 ساعت پس از جراحی توصیه می شود قبل از حمام پانسمان بخیه ها را بردارید و از آن به بعد نیازی به پانسمان مجدد نیست آب ، صابون و شامپو تاثیر نامطلوبی بر روی نخ های بخیه و زخم ها ندارد

فعالیت:

هر چه زودتر فعالیت عادی خود را از سر بگیرید در این مورد درد هشدار مهمی است که نشان می دهد از چه حدی نباید فراتر بروید بلند کردن و حمل اجسام سنگین تو 3-4 کیلو تا چند ماه پس از جراحی توصیه نمی شود بهترین نوع فعالیت توصیه شده پس از جراحی پیاده روی است اما شما می توانید از پله بالا بروید بار سبک را بلند کنید ، رابطه جنسی داشته باشید و رانندگی کنید

تغذیه بعد از عمل:

- ❖ جهت جلوگیری از پیوست از غذاهای فیبردار (سبزیجات و میوه های تازه) استفاده کنید.
- ❖ در صورتی که ممنوعیتی وجود ندارد روزانه 2 تا 3 لیتر آب بنوشید.
- ❖ در صورت چاقی ، کاهش وزن دارای اهمیت است

عوارض پس از جراحی:

شایع ترین عارضه جراحی فتق درد است که با مسکن قابل کنترل است همچنین پوشیدن شورت های گنی میتواند سبب کاهش درد ناشی از جراحی شود.

از عوارض دیگر می توان به خونریزی ، مشکلات تنفسی از جمله پنومونی ، مشکلات و عوارض قلبی ، عفونت های موضعی یا سراسری ، واکنش های دارویی ، آسیب به عروق و احشای دیگر ، آسیب های عصبی و .