



بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی گلزار

فتق اینگواینال (کشاله ران) چیست و چگونه پس از جراحی از خود مراقبت کنید؟



تهیه: کارگروه آموزش بیماربخش جراحی ۳

تدوین: خرداد ۱۴۰۱

بازنگری: خرداد ۱۴۰۵

ایمیل بیمارستان

info@golsarhospital.ir

سایت بیمارستان

www.golsarhospital.ir

شماره تلفن: ۰۱۳-۳۴۹۰۰۰

آدرس: رشت - گلزار - بلوار سمیه

کد پمفلت: ۰۳-AC-۳۳

- از کشیدن لیف روی ناحیه عمل یا نشستن در وان خودداری تا بهبودی کامل زخم خودداری نمایید.
- پس از حمام کردن و نداشتن ترشح از زخم جراحی نیاز به پانسمان مجدد ندارید.
- محل عمل را همواره تمیز و خشک نگه دارید.
- در زمان تعیین شده جهت کشیدن بخیه (معمولاً ۷ تا ۱۰ روز بعد از عمل) به نزد پزشک مراجعه نمایید.
- از بکار بردن لوسیون و پماد بر روی برش جراحی تا التیام و بسته شدن کامل لبه های زخم اجتناب نمایید.
- آقایان بهتر است از شورت تنگ جهت جلوگیری از ورم بیضه ها استفاده کنند.

در صورت بروز علائم هشدار زیر به پزشک اطلاع دهید یا به

اورژانس بیمارستان مراجعه نمایید:



- علائم عفونت زخم (تب، قرمزی و التهاب محل عمل، ترشح از محل عمل، باز شدن لبه های زخم، تاخیر در ترمیم زخم)
- خونریزی محل عمل
- نفخ شکمی و تهوع و استفراغ
- عود مجدد فتق (تورم و سفتی در ناحیه عمل)

پیگیری:



- طبق زمان تعیین شده با خلاصه پرونده جهت معاینه مجدد به مطب پزشک بروید.
- جواب پاتولوژی را دریافت نمایید و به رویت پزشک برسانید.
- در زمان مقرر جهت کشیدن بخیه به نزد پزشک مراجعه نمایید.



در صورت داشتن هرگونه سوال در زمینه مراقبت های منزل با شماره

تماس ۰۱۳-۳۴۹۰۰۰ داخلی بخش مربوطه تماس حاصل نمایید.

منبع: برونر و سودارث ۲۰۲۰ - هندبوک آموزش به بیمار ام کانابو

- از مصرف غذاهای نفاخ مانند: حبوبات و... در چند روز اول خودداری نمایید.
- رژیم غذایی پر پروتئین و پر ویتامین را جهت ترمیم زخم جراحی رعایت نمایید.
- به منظور پیشگیری از یبوست و زور زدن، رژیم غذایی پر فیبر و مایعات فراوان (در صورت نداشتن محدودیت) مصرف کنید.
- از مواد غذایی ملین طبیعی مانند آلو، روغن زیتون، خاک شیر و... برای کمک به دفع راحت تر طبق نظر پزشک استفاده کنید.
- در صورت ابتلا به دیابت، جهت ترمیم زخم قند خون خود را به درستی کنترل و تنظیم نمایید.

میزان و محدوده فعالیت:



- در منزل قدم بزنید (به منظور برقراری گردش خون و بهبودی سریعتر) و به تدریج فعالیت خود را افزایش دهید و به طور متناوب استراحت نمایید.
- در هنگام عطسه و سرفه محل عمل را با دست یا بالش حمایت نماید.
- از سرفه های شدید، زور زدن، یبوست، تمرینات ورزشی و ورزش های سنگین، بلند کردن وسایل سنگین تا دو ماه خودداری نماید.
- در هنگام عطسه و سرفه محل عمل را با دست یا بالش حمایت نماید.
- جهت شروع فعالیت جنسی و پیشگیری از وارد آمدن فشار به ناحیه عمل با پزشک خود مشورت نمایید.
- در صورت اضافه وزن، وزن خود را کاهش دهید.

مراقبت از زخم جراحی و استحمام:



- پس از گذشت دو تا سه روز بعد از عمل و نظر جراح پانسمان را بردارید و حمام نمایید.

فتق چیست ؟

به بیرون زدگی یک عضو (مثلا روده) از بین یک شکاف غیر طبیعی در دیواره شکم را فتق گویند. فتق ممکن است در نتیجه یک شکاف مادرزادی، ضعف دیواره شکم، افزایش فشار داخل شکم یا د اثر ضربه بوجود آید. فتق ها در هر سنی ایجاد می شوند و در هر دو جنس (مذکر و مونث) نیز دیده می شوند. فتق ممکن است به طور خود بخودی یا توسط دست به وضعیت اولیه خود در داخل شکم برگردد یا توسط حلقه تنگ شکاف گیر بیفتد و بدترین حالت این است که به علت عدم خونرسانی بافت گیر افتاده سیاه می شود و دچار مرگ بافتی (گانگرن) می شود که به آن فتق مختنق می گویند. بیشتر فتق ها در کشاله ران رخ می دهد و در مردان شایع ترند.

فتق اینگوینال (کشاله ران) چیست؟

فتق اینگوینال نوعی بیرون زدگی احشاء شکمی (مثل روده) از طریق یک قسمت ضعیف در دیواره تحتانی شکم، در ناحیه کشاله ران است. این عارضه در مردان و زنان دیده می شود اما در مردان شایع تر است.



چه عواملی منجر به فتق کشاله ران (اینگوینال) می گردد؟

- ضعف مادرزادی عضلات جدار شکم.
- افزایش سن.
- افزایش فشار داخل شکمی به علت چاقی و بلند کردن اجسام سنگین و ...
- عمل جراحی قبلی

علائم فتق اینگوینال کدامند؟

- درد (علامت اصلی)
- احساس وجود توده در ناحیه کشاله ران که در حالت درازکش بهتر و با زور زدن نمایانتر می شود.
- در مردان در صورت فشار بر عصب بیضه، منجر به درد بیضه نیز می گردد.

چگونه فتق درمان می شود؟

درمان اصلی شامل جراحی و ترمیم عضله جدار شکم است البته احتمال برگشت و بروز عوارضی چون درد های مزمن و انسداد روده وجود دارد. به جراحی ترمیم فتق هرنیورافی می گویند که به دو روش لاپاراسکوپی و باز انجام می گیرد.

جراحی تحت بی هوشی عمومی یا بی حسی اسپینال انجام می گیرد. در مواردی که امکان جراحی وجود نداشته باشد از اقدامات نگهدارنده مانند فتق بند استفاده می گردد که باید ازسرفه شدید و زور زدن و کارها و ورزش های سنگین خودداری نماید.

مش چیست؟

مش نوعی وسیله است که از نظر ظاهری مشابه توری پلاستیکی و تقریباً به اندازه کف دست است که در حین جراحی در محل فتق قرار داده می شود و باعث استحکام محل شکاف می گردد و احتمال عود و برگشت فتق را بسیار کاهش می دهد.



عوارض بعد از عمل فتق اینگوینال کدامند؟

- خونریزی
- عفونت محل عمل
- اختلال در گردش خون مجرای دفران (لوله های منی بر) در مردان
- عود مجدد فتق

مراقبت های بعد از جراحی در بیمارستان کدامند؟

- به مدت چندین ساعت بعد از عمل نیز ناشتا بودن را ادامه دهید.
- بعد از عمل جهت کاهش درد می توانید از کیسه یخ و یا فتق بند می توانید استفاده نمایید.
- در هنگام عطسه و سرفه ناحیه عمل را با دستان خود حمایت نمایید.
- پس از اجازه خروج از تخت، با رعایت نحوه صحیح خروج از تخت هرچه سریعتر راه بیفتید و قدم بزنید. (قدم زدن به بهبودی گردش خون و ترمیم زخم و پیشگیری از نفخ بعد از عمل کمک می کند).
- پس از شروع رژیم غذایی ابتدا مایعات و سپس رژیم غذایی نرم و معمولی را رعایت نمایید.
- در صورت بروز علایمی چون خونریزی، مشکل در ادرار کردن و احتباس ادرار و یا بروز مشکل در دفع اطلاع دهید.

چگونه در منزل از خود مراقبت کنید؟

مصرف داروها:



- داروهای تجویز شده پزشک شامل: مسکن و آنتی بیوتیک را طبق زمانبندی مصرف کنید.
- آنتی بیوتیک را با یک لیوان آب کامل مصرف کنید.
- بهتر است مسکن را بعد از غذا مصرف کنید تا منجر به ناراحتی معده نشود.
- برای شروع مجدد داروهای ضد انعقاد نظیر: پلاویکس و اسویکس ویا آسپرین و... حتماً از پزشک معالج سوال کنید.

رعایت رژیم غذایی:



- در روزهای اول رژیم غذایی نرم و سبک و سپس معمولی را رعایت نمایید.