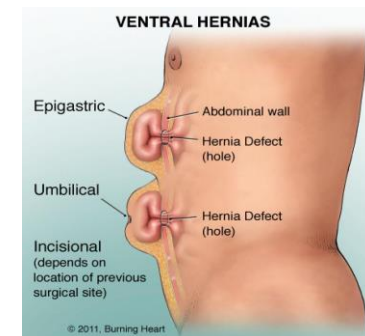


هرنی



تهیه و تنظیم :

واحد آموزش به بیمار

شهریور ۱۴۰۴

منابع:

داخلی جراحی برونرو سودارت و لاکمن ۲۰۲۲

*تعریف:

عبارت است از بیرون زدن یکی از احشا داخلی بدن از راه یک قسمت ضعیف یا یک سوراخ در عضلات اطراف آن

به زبان ساده به بیرون زدگیهای غیر طبیعی موجود در جدار شکم، فتق می گویند.

فتق وقتی اتفاق می افتد که لایه های عضلانی جدار شکم ضعیف شده باشند. همانند بیرون زدگی تیوپ داخلی یک لاستیک پاره شده، در فتق نیز روده و گاهی وقت ها برخی از احشاء داخلی شکم از طریق ناحیه ضعیف جدار شکم بیرون می زنند و باعث شکل گیری یک برآمدگی می شوند.

ورود احشاء شکم به داخل محل فتق می تواند باعث گیر افتادگی قسمتی از روده یا سایر اعضا داخل شکم در داخل این بیرون زدگی شود که بسیار خطرناک است و نیاز به عمل اورژانسی دارد. چون زمان وقوع این عارضه قابل پیش بینی نیست، برای پرهیز از آن باید فتق را در اولین فرصت ممکن، عمل کرد.

علائم در فتق نافی:

- برجستگی در محل ناف یا نزدیک آن نشانه فتق نافی است. این برجستگی ممکن است ۱ تا ۵ سانتیمتر قطر داشته باشد.
- فتق نافی در بزرگسالان با درد و ناراحتی خصوصا بعد از مصرف غذا همراه است.

علائم در فتق رانی:

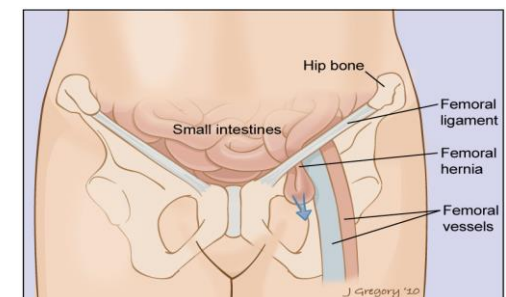
- احساس ناراحتی در ناحیه کشاله ران و یا درد در آنجا که با بلند کردن جسم و یا خم شدن به جلو این ناراحتی تشدید می شود.
- وجود توده برجسته در کشاله ران و یا کیسه بیضه که با لمس دردناک می شود.
- وجود برجستگی بدون درد در بچه ها
- در مردان ممکن است درد به بیضه ها تیر بکشد و با سرفه تشدید میشود.

*** علت فتق نافی:**

- بلند کردن اجسام سنگین برای مدت طولانی
- سابقه ی طولانی سرفه کردن
- حاملگی های متعدد
- جمع شدن مایع در شکم (آسیت)

*** علت فتق رانی:**

- ناحیه ضعیف عضلانی از ابتدای تولد وجود داشته است.
- بلند کردن اجسام سنگین برای مدت طولانی
- زور زدن طولانی مدت هنگام دفع مدفوع به علت یبوست
- زور زدن طولانی مدت هنگام ادرار کردن به دلیل بزرگی پروستات
- حاملگی
- اضافه وزن
- جمع شدن مایع در شکم (آسیت)



عوارض بیماری:

وجود استفراغ و درد شدید به این معنا است که قسمتی از روده گیر افتاده و دچار کمبود خون شده است (این وضعیت را «فتق مخنق» می نامند). این مشکل نیازمند جراحی فوری است.

*** درمان:**

برای ترمیم فتق نافی، برش کوچکی زیر ناف ایجاد میشود. بافت فتق شده، به داخل شکم برگردانده شده و سوراخ جدار شکم دوخته میشود. بیماران ۱۲ ساعت بعد از جراحی میتوانند مرخص شده و ظرف ۲ تا ۴ هفته به کار عادی خود برگردند. ** پس از جراحی احتمال عود مجدد وجود دارد.

*** آموزش خود مراقبتی:**

- از برداشتن اجسام سنگین قبل یا بعد از جراحی خودداری کنید.

- سرعت بهبود بستگی به وضعیت سلامتی و نوع فتق دارد. فعالیت های سبک را معمولاً می توان در عرض چند روز آغاز کرد.

- تا زمانی که پزشکتان موافقت نکرده است، ورزش را از سر نگیرید.

- از تکنیک مناسب برای بلند کردن وزنه یا اجسام سنگین استفاده کنید و از عضلات ران برای بلند کردن اجسام استفاده کنید.

- کاهش وزن در افراد چاق

- جلوگیری از ایجاد یبوست با خوردن سبزی ها و میوه ها، نوشیدن مقادیر زیادی مایعات

- انجام ورزش منظم

- بمحض احساس دفع به دستشویی رفتن و خودداری از احتباس مدفوع.