

## فتق چیست ؟

تغییر محل اعضای از بدن به حفره و یا بافت مجاور که بدنبال پارگی و یا ضعف عضله به وجود می آید . این تورم گاهی مشاهده و گاهی ناپدید می شود .

فتق انواع گوناگون دارد که شامل:

**فتق مغبنی :** شایع ترین فتق جدار شکم فتق مغبنی می باشد که بیشتر در سمت راست دیده می شود .

**فتق رانی :** این فتق ها بدلیل باز ماندن کانال ناحیه کشاله ران و یا باز شدن مجدد آن بدلیل عوامل مختلف در سالهای بعدی زندگی بوجود می آیند . تعداد کمتری نیز در زمینه پاره شدن عضلات جدار شکم و کشاله ران بدنبال حرکات کششی و یا سنگین بوجود می آیند .

**فتق شکمی :** فتق های جدار شکم یا بدلیل ضعف ناشی از عدم تکامل جدار شکم در دوران جنینی و یا بدلیل ضعف های اکتسابی در ساختار جدار شکم همانند ضعف در محل برشهای جراحی بروز میکنند .

**فتق نافی :** در اثر ضعف جدار ناف بوجود می آید .

ناف نیز همانند ناحیه کشاله ران از نقاط ضعیف آناتومیک جدار شکم است ولی برخلاف فتق کشاله ران که در آقایان بیشتر دیده میشود، این نوع فتق در خانمها بیشتر است .

## علائم بیماری فتق چیست ؟

علائمی که فتق ها ایجاد می کنند بیشتر خود را به شکل توده در ناف و یا کشاله ران نشان می دهند که اندازه های مختلفی دارد .

درمورد فتق نافی، توده ای گرد از وسط ناف خارج می شود که می تواند از اندازه یک گردو تا اندازه یک توپ فوتبال باشد که بستگی به مراحل فتق و نقص جدار شکم دارد .

در مورد فتق های کشاله ران ممکن است از یک توده کوچک شروع شده و یا تا داخل کیسه بیضه پیشرفت کرده و حتی باعث بزرگ شدن کیسه بیضه ها شده و گاهی تا اندازه یک توپ بسکتبال بزرگ شود که روده های بیمار را نیز در برگیرد .

مسئله مهم این است که تا وقتی این توده ها متحرک هستند مشکلی ندارند ولی گاهی این توده ها گیر افتاده و باعث درد شدید می شود . جا اندازی فتق فقط در فتق های کشاله ران جایز است و تا دو بار ممانعتی ندارد اما فتق های دیگر تماما باید تحت عمل جراحی قرار گیرد .

علامت دیگر درد است که در اجابت مزاج و ادرار کردن و یا برداشتن اجسام سنگین بیشتر می شود . در هنگام سرفه ، عطسه یا زور زدن بیرون زده و هنگام خوابیدن داخل می رود . بیشتر بیماران موقع ایستادن زیاد دچار درد مبهم کشاله ران می شوند که به علت فشار فتق می باشد در صورتی که بیمار

علائم درد در کل شکم، تب، تهوع، استفراغ شدید و عفونت خونی داشته باشد باید سریعا تحت عمل جراحی قرار گیرد .

## عوامل ایجاد کننده فتق چیست؟

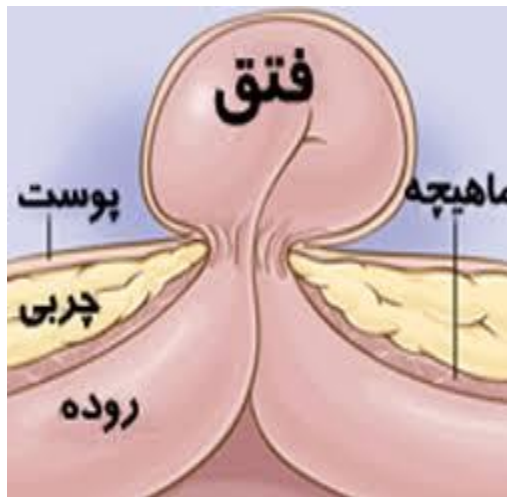
چاقی زیاد و ورزشهای شدید ، بلند کردن اجسام سنگین ، سرفه مزمن ، انسداد مسیرادرار ، یبوست طولانی و زور زدن زیاد در ضمن دفع مدفوع به مدت طولانی و بزرگی پروستات و حاملگی متعدد و تومورها و بزرگی ارگانهای داخل شکمی ، پیری و بیماری های ناتوان کننده مزمن را می توان نام برد .

## پیشگیری از فتق چگونه است ؟

اگر چاق هستید وزنتان را کم کنید . جهت بلند کردن اجسام حتما زانوهای خود را خم کنید و سپس وزنه را بردارید . علت کم کاری روده ها و یبوست خود را بررسی کنید و با انجام ورزش و خوردن میوه جات و سبزیجات و نوشیدن مایعات زیاد ، رفتن به سرویس بهداشتی در مواقع مورد نیاز کمک به رفع یبوست خود کنید .

## درمان فتق ؟

برای بزرگسالان جراحی معمولاً برای پیشگیری از عوارض احتمالی مثلا انسداد روده یا مختنق شدن روده به خصوص در مورد فتق های بزرگ و دردناک توصیه می شود و هرچه عمل زودتر انجام شود نتیجه کار بهتر خواهد بود .



€

۹- انجام فعالیتهای ورزشی ۲-۳ ماه بعد از جراحی  
بلامانع است .

۱۰- در بیمارانی که فتق ناحیه ی شکم در خط  
وسط شکمی دارند به بستن شکم بند توصیه می  
شوند

۱۱- در صورتیکه ناحیه بیضه دچار درد و تورم شود ،  
قرار دادن کیسه یخ در محل باعث کاهش درد و  
تورم می شود.

۱۲- در صورت سرفه یا عطسه محل عمل بایستی  
محکم با دست نگه داری شود.

۱۳- در هنگام اجابت مزاج از زور زدن خودداری  
گردد.

۱۴- رژیم غذایی بعد از ترخیص معمولی می باشد  
و از خوردن غذاهایی مانند لوبیا ، تخم مرغ ، مواد  
محرک مثل ترشیجات ، فلفل و انواع سسها اجتناب  
کند. و از غذاهای پر پروتئین و آب سبزیجات پخته  
که کمک به ترمیم زخم میکنند استفاده گردد.

بیشتر افراد قادرند بعد از چند ساعت بعد از جراحی  
به منزل بروند و پس از دو تا چهار هفته فعالیت  
های عادی خود را از سرگیرند . استفاده از فتق بند  
توصیه نمی شود زیرا سبب مشکل میگردد.

### توصیه های پس از ترخیص:

- ۱- استحمام روزانه با شامپوی بچه داشته باشید . از  
کشیدن لیف و کیسه روی محل عمل خودداری  
نمایید. ناحیه عمل را پس از استحمام خوب خشک  
کنید.
- ۲- از دستکاری ناحیههای بخیه شده خودداری کنید.
- ۳- داروهای تجویز شده را به موقع استفاده کنید.
- ۴- داروهای آنتی بیوتیک را با یک لیوان آب میل  
کنید.
- ۵- راه رفتن مانعی ندارد ولی سعی کنید موقع  
نشستن یا برخاستن فشاری به ناحیه ی عمل وارد  
نشود . در صورت وجود هرگونه تورم از حرکات و راه  
رفتن زیاد خودداری نمایید.
- ۶- معمولا ۸-۱۰ روز بعد از عمل بخیه ها برداشته  
می شوند ولی می توانید با پزشک خود در این مورد  
مشورت کنید و نظر وی را جویا شوید.
- ۷- تا ۶ هفته از انجام کارهای سنگین خودداری  
کنید و وزن بیشتر از ۳ کیلوگرم را برندارید .
- ۸- تا ۶ هفته از انجام رانندگی پس از جراحی  
خودداری کنید