



دانشگاه علوم پزشکی شیراز

بیمارستان حضرت ولیعصر ارسنجان

### فتق



نویسنده مدرک	الهام حسن شاهی / کارشناس پرستاری
تایید کننده علمی	دکتر خانی / جراح عمومی
تاریخ تهیه	بهار ۱۴۰۲
منبع	کتاب پرستاری برونر سوارث
کد سند	Pa-B1-37/01

### فتق چیست؟

در برخی از نواحی بدن مانند شکم، دیواره‌های عضلانی وجود دارد که اعضای موجود در این قسمت را در جای خود نگه می‌دارد. زمانی که این دیواره به هر دلیلی آسیب ببیند یا پاره شود، فتق ایجاد می‌شود. اعضای داخلی به بافت آسیب دیده عضله فشار وارد می‌کنند. به عنوان مثال روده‌ها به بافت آسیب دیده دیواره شکمی فشار وارد می‌کنند. این موضوع باعث ایجاد درد و سایر علائم فتق می‌شود.

زمانی که شکاف گسترده‌تر می‌شود، ممکن است زیر پوست فرد برآمدگی‌هایی نیز به وجود بیاید. فتق‌ها معمولاً خطری زیادی ندارند. اما درد آن‌ها زندگی روزمره بیمار را با مشکل مواجه می‌کند. لازم به ذکر است که هرگز خود به خود از بین نمی‌رود. بنابراین بیمار باید به کمک پزشک مانع از پیشرفت آن شود و برای درمان اقدام کند. در برخی موارد، فتق‌های پیشرفته به عمل جراحی باز نیاز خواهند داشت.

### فتق کشاله ران

این نوع شایع‌ترین نوع فتق به حساب می‌آید. فتق کشاله ران بیشتر در بین مردان شایع است. زمانی که دیواره تحتانی شکم ضعیف یا آسیب دیده باشد، روده‌ها فشار وارد می‌کنند. این فشار منجر به بروز برآمدگی داخل کشاله ران می‌شود. در برخی از موارد این عارضه بیضه مردان را نیز درگیر می‌کند.

### فتق هیاتال

این نوع هرگی با آسیب دیدن دیافراگم به وجود می‌آید. بخشی از معده از بافت آسیب دیده خارج می‌شود و در حفره سینه بیرون می‌زند.

### فتق ناف

این نوع فتق بیشتر در کودکان و نوزادان به وجود می‌آید. در واقع دیواره شکمی نوزاد آسیب دیده است. اگر متوجه برآمدگی در ناحیه ناف و شکم نوزاد یا کودک خود شدید،

### فتق شکمی

بسیاری افراد تنها با این نوع فتق آشنا هستند. زمانی که دیواره عضلانی شکم آسیب ببیند، ارگان‌ها از آن بیرون می‌زنند و هرگی ایجاد می‌شود.

### علائم هرگی (فتق) چیست؟

فتق در نواحی مختلف نشانه‌هایی دارد که می‌تواند به شما در مورد وجود این بیماری اطلاع دهد. یکی از مهم‌ترین نشانه‌های فتق برآمدگی در ناحیه مورد نظر است. معمولاً زمانی که بیمار ایستاده است یا سرفه می‌کند و یا زور می‌زند، این برآمدگی بیشتر نمایان می‌شود. از دیگر علائم فتق می‌توان موارد زیر را نام برد.

- احساس درد و سوزش به خصوص در ناحیه برآمده

- درد در کشاله ران یا شکم به خصوص هنگام خم شدن یا بلند کردن وسایل
- احساس سنگینی یا کشیدگی در کشاله ران
- درد و تورم در ناحیه بیضه در آقایان
- به یاد داشته باشید که محتویات بیرون زده نباید درون شکاف باقی بمانند. اگر نتوانید بافت‌های بیرون زده را فشار دهید، در شکاف گیر می‌کنند. با گیر کردن قسمتی از ارگان‌ها درون شکاف، خون‌رسانی به آن‌ها قطع می‌شود. فتق فشرده علائم زیر را به دنبال خواهد داشت.
- احساس تهوع و استفراغ
- دردی که به صورت ناگهانی تشدید می‌شود
- تغییر رنگ برآمدگی فتق به کبودی و تیرگی
- عدم توانایی در کنترل مدفوع یا گاز معده
- عفونت زخم.
- تب.
- قرمزی یا کبودی جای جراحی.
- دردی که به صورت ناگهانی شدت می‌گیرد.
- بعد از انجام عمل جراحی تا چند هفته نمی‌توانید به صورت عادی تحرک داشته باشید. بلند کردن اجسام سنگین و ورزش‌های سنگین نیز در این مدت کاملاً ممنوع است. توصیه می‌شود بعد از پایان دوران نقاهت نیز این کارها را انجام ندهید. جراحی باز دوره نقاهت طولانی‌تری نسبت به لاپاراسکوپی دارد. زمان کامل بهبودی و برگشتن به زندگی روزمره را می‌توانید از جراح خود بپرسید.

- در صورت سرفه مداوم و شدید حتماً به پزشک مراجعه کنید.
- ورزش‌های مناسب و سالم انجام دهید. تمرین‌های تقویت عضلات شکم را فراموش نکنید.
- هنگام دفع و خروج باد معده فشار زیادی به شکم خود وارد نکنید.
- از بلند کردن اجسام سنگین خودداری کنید. اگر مجبور به حمل هستید، خم نشوید. روی زانو بنشینید، وسیله را بردارید و سپس دوباره بلند شوید.

### **شما می‌توانید با انجام کارهایی که در ادامه بیان می‌کنیم تا حد زیادی از پیشرفت آن جلوگیری کنید.**

- افزایش مصرف فیبر و پیشگیری از یبوست
- عدم مصرف وعده‌های غذایی خیلی سنگین
- خم نشدن بعد از صرف غذا
- پرهیز از خوردن غذاهایی که باعث رفلاکس معده می‌شوند
- ترک سیگار
- به طور کلی اگر بتوانید بعد از غذا مدتی بدون حرکت بنشینید یا دراز بکشید، بسیار بهتر است.
- استعمال دخانیات و به خصوص سیگار را متوقف کنید.

### **مراقبت های بعد از درمان فتق چیست؟**

- درمان فتق چه با استفاده از جراحی باز انجام شود و چه با استفاده از لاپاراسکوپی، به مراقبت نیاز دارد. درد در شکم یا کشاله ران بعد از عمل کاملاً طبیعی است.
- دستورالعمل‌های پزشک را مو به مو اجرا کنید. با این کار احتمال ایجاد عوارض بعد از عمل کاهش پیدا می‌کند. در صورت مشاهده علائم زیر حتماً پزشک خود را در جریان قرار دهید.