



موضوع:

خود مراقبتی فتق کشاله ران

تهیه و تدوین:

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی آیت الله کاشانی شهرکرد

سال ۱۴۰۳





# خود مراقبتی فتق کشاله ران

واحد آموزش به بیمار بیمارستان آیت الله کاشانی شهر کرد

## دستورالعمل آموزش خودمراقبتی در فتق کشاله ران

همکار محترم پرستاری بیمارستان با توجه به دستورالعمل جامع خودمراقبتی و آموزش بیمار، الزامی است آموزش بیمار حین بستری و حین ترخیص فتق کشاله ران طبق این دستورالعمل و حداقل محتوای زیر انجام گیرد.

نیازهای آموزشی فتق اینگواینال
آمادگی قبل از عمل و بعد از عمل
رژیم غذایی جهت پیشگیری از یبوست
میزان فعالیت و تحرک و خودمراقبتی در خصوص آن
داروها و نحوه مصرف داروها در صورت تجویز
مراقبت از زخم و زمان برداشتن پانسمان آموزش علایم عفونت محل زخم پیگیری پس از ترخیص و زمان مراجعه بعدی
زمان استحمام بعد از عمل
علایم هشدار

### فتق کشاله ران چیست ؟

فتق از نظر لغت به معنای باز شدن و از نظر تعریف عبارت است از بیرون زدگی بخشی از احشا داخل شکمی (معمولا روده ها) از ورای جدار شکم. فتق ممکن است در هر قسمتی از جدار شکم ایجاد گردد ولی بیشتر در ناحیه کشاله ران پدید می آید. فتق ممکن است منشا دوران تولد داشته باشد.

### چه افرادی دچار فتق می شوند؟

فتق کشاله ران ممکن است در هر شخصی، از نوزاد تا فرد مسن، پدید آید.

عوامل زیر خطر ایجاد فتق را افزایش میدهند.

- ✓ سرفه مزمن، مانند افراد سیگاری
- ✓ چاقی
- ✓ فشار در زمان اجابت مزاج یا ادرار



# خود مراقبتی فتق کشاله ران

واحد آموزش به بیمار بیمارستان آیت الله کاشانی شهر کرد

✓ حاملگی

✓ عطسه زیاد و پشت سر هم

✓ برداشتن اجسام سنگین

## علل :

✓ همانطور که گفته شد فتق ممکن است زمینه مادرزادی داشته باشد. در این صورت فتق معمولاً در دوران کودکی یا جوانی بروز نماید و نیز ممکن است جنبه اکتسابی داشته باشد.

✓ فتق به دلیل ضعیف شدن عضلات جدار شکم با بالا رفتن سن یا به دلیل افزایش فشار داخل شکم ایجاد می شود.

✓ سرفه های شدید، کار سنگین، انسداد مسیر ادرار و یبوست مزمن ممکن است باعث فتق شوند.

## علائم:

- فتق کشاله ران معمولاً بصورت یک برآمدگی در ناحیه کشاله ران بوجود می آید. این برآمدگی معمولاً در وضعیت ایستاده بیشتر شده و در حالت خوابیده جا رفته و یا کوچکتر می شود. بیماران به تدریج متوجه می شوند که می توانند با فشار بر ناحیه برجسته آنرا به جای خود برگردانند.
- این برآمدگی با سرفه، زور زدن و برداشتن وزنه سنگین برآمده تر می شود. هر چه سن افراد بالاتر رود، برآمدگی بیشتر می گردد. مرور زمان ممکن است سبب گردد که برآمدگی خیلی بزرگتر شده و جا نرود.
- علامت دیگر فتق کشاله ران درد است.
- درد معمولاً خفیف و مبهم بوده و در حالت ایستاده، احساس اجابت مزاج و یا تخلیه ادرار و یا برداشتن جسم سنگین شدیدتر می گردد.

## درمان:

- هر گاه در ناحیه کشاله ران توده ای ظاهر گردد بیمار باید به پزشک جراح مراجعه نماید.
- در صورت عدم درمان، فتق پیشرفت کرده و خطر انسداد روده، بیمار را تهدید میکند که می تواند منجر به عمل اورژانس گردد.
- درمان فتق کشاله ران جراحی می باشد.
- با عمل جراحی لایه های ضعیف شده جدار شکم تقویت شده و مشکل بیمار مرتفع می گردد.



# خود مراقبتی فتق کشاله ران

واحد آموزش به بیمار بیمارستان آیت الله کاشانی شهر کرد

- هر چه فتق زودتر عمل شود نتیجه کار بهتر است.

## عوارض:

در فتق کشاله ران ممکن است احشا داخل شکم در گیر شده و جا نرود، در این حالت احتمال انسداد روده و سیاه شدن آن وجود دارد.

## آیا عمل جراحی فتق کشاله ران فقط با بیهوشی عمومی امکان پذیر است؟

عمل جراحی فتق کشاله ران با بیهوشی عمومی یا بی حس کردن قسمتهای پایین بدن با تزریق ماده بی حسی در ناحیه کمر انجام می گیرد.

بیمار قبل از عمل بوسیله پزشک متخصص بیهوشی معاینه می شود.

## آمادگی :

- ✓ قبل از عمل مراجعه به جراح و اخذ پذیرش
- ✓ معاینه بوسیله پزشک بیهوشی
- ✓ زدن موهای ناحیه عمل چند ساعت قبل از انجام عمل (از ناف تا زیر کشاله ران) که بهتر است بوسیله تیغ انجام نشود.
- ✓ قبل از عمل ناشتا بودن حداقل ۸ ساعت لازم است.
- ✓ مصرف آسپرین ۷ روز قبل از عمل با صلاحدید پزشک قطع شود.
- ✓ سابقه بیماریهای قلبی، بیماریهای ارثی و داروهای مصرفی را به پزشکان اطلاع دهید.

## مراقبت های پس از عمل :

- ✓ عدم استفاده از مواد غذایی تا زمانی که پزشک معالج اعلام نماید. ( معمولاً ۸ تا ۱۲ ساعت پس از عمل بسته به نظر پزشک )
- ✓ در صورت وجود درد، تهوع، استفراغ از تخت پایین نیایید.
- ✓ معمولاً ۲۴ ساعت پس از عمل بنا به صلاحدید پزشک معالج، بیمار از بیمارستان مرخص می شود.
- ✓ دریافت نسخه دارویی و خلاصه پرونده قبل از مرخص شدن و استفاده از داروها طبق نظر پزشک.
- ✓ ۴۸ ساعت بعد از عمل می توان استحمام نمود.
- ✓ انجام کارهای شخصی و عادی پس از ترخیص بلامانع است.
- ✓ از انجام کارهای سنگین تا ۶ هفته خودداری نمایید. در این مورد نیز با جراح خود همکاری کنید.
- ✓ انجام پانسمان معمولاً بعد از ۷۲ ساعت ضرورت ندارد، ولی در این مورد از پزشک یا پرستار خود سوال کنید.
- ✓ رژیم غذایی پس از ترخیص رژیم معمولی است.
- ✓ بعد از ترخیص راه رفتن بلامانع است ولی سعی کنید به ناحیه عمل کنید، در زمان برخاستن و نشستن فشاری وارد نشود.
- ✓ تا ۶ هفته از انجام رانندگی خودداری نمایید.



# خود مراقبتی فتق کشاله ران

واحد آموزش به بیمار بیمارستان آیت الله کاشانی شهرکرد

- ✓ بخیه ها معمولاً ۸ تا ۱۰ روز پس از عمل برداشته می شود ولی در این مورد باز هم نظر پزشک خود را جویا شوید.
- ✓ انجام فعالیتهای ورزشی ۲ تا ۳ ماه پس از عمل جراحی بلامانع است

## در صورت داشتن علائم زیر حتماً پزشک معالج خود را مطلع سازید:

۱. خونریزی و وجود خون غلیظ در ادرار
۲. تب و لرز و قرمزی و تورم و درد و ترشح از محل عمل

### چند نمونه از تشخیصهای پرستاری در بیماران تحت عمل جراحی

اختلال در راحتی در ارتباط با درد حاد	درد حاد
خطر بروز تاخیر در بهبودی بعد از جراحی	تهوع
خطر احتباس ادراری	خطر خونریزی
الگوی تنفسی نامناسب پس از جراحی به علت	خطر عفونت
هایپوونتیلاسیون و عدم تحرک	اضطراب
اختلال در الگوی خواب	کمبود آگاهی
	اختلال در حرکات گوارشی
	خطر شوک

منابع:

- Nanda nursing diagnoses 2021-2023
- Brunner Suddarth's textbook of Medical surgical Nursing 2018
- <https://familydoctor.org>