

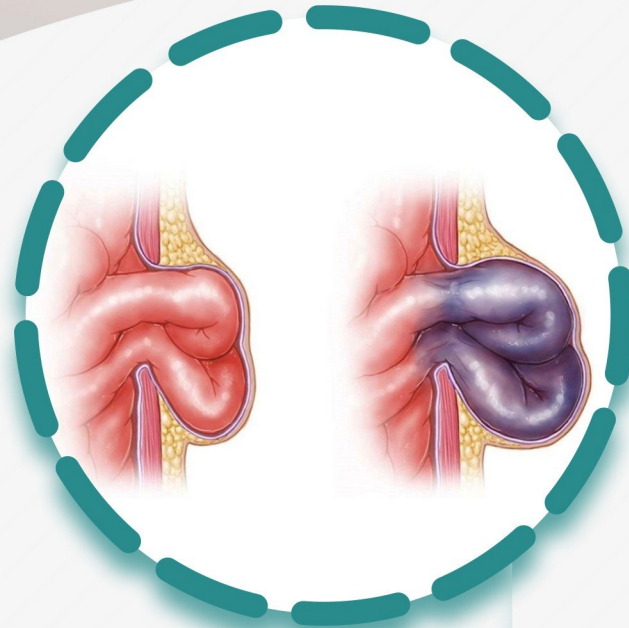


فتق اینگوئینال

- رژیم غذایی ● دارو
- فعالیت ● زمان مراجعه بعدی
- مراقبت ها

بیمارستان و مرکز قلب سینا

کد سند S/NM/M.surgery/9/00
تاریخ بازنگری 1401/09/01



SINA HOSPITAL & HEART CENTER
بیمارستان و مرکز قلب سینا

برای کسب اطلاعات بیشتر از
طریق راه های زیر اقدام نمایید:

 sinahospital.com
 031-32205025
 [sina.hospital.isf](https://www.instagram.com/sina.hospital.isf)

دارو

- جهت تسکین درد از دارو مسکن تجویز شده طبق دستور پزشک استفاده نمایید.
- داروهای تجویز شده (مانند آنتی بیوتیک در ساعات معین) را طبق دستور مصرف نمایید و تا اتمام کامل مصرف نمایید.

زمان مراجعه بعدی

- در صورت خارج شدن ترشح از محل بخیه ها و تورم و قرمزی و دردناک شدن محل عمل و تب به پزشک مراجعه نمایید.





رژیم غذایی

- پس از شروع تغذیه هیچ ممنوعیت غذایی ندارید مگر در موارد بیماری های خاص (فشار خون بالا، دیابت، بیماری های قلبی و...)
- طی دو هفته بعد از عمل از مصرف مواد نفخا (ذرت، لوبیا، نخود، نوشابه های گازدار) خودداری کنید.
- مصرف ماست، نان تست و نان سوخاری از ایجاد نفخ جلوگیری می کند.
- با خوردن سبزی ها و میوه های تازه و نوشیدن مقادیر زیادی مایعات در روز از بیوست جلوگیری کنید.

فعالیت

- فعالیت های خود را در عرض 3 الی 5 روز پس از عمل جراحی، از سر بگیرید ولی از انجام کارهای سنگین حداقل تا دو ماه و به طور معمول تا شش ماه باید پرهیز کنید.
- تا زمانی که پزشکتان موافقت نکرده است ورزش را از سر نگیرید.
- ممانعت از فعالیت فیزیکی سنگین به مدت دو تا سه هفته پس از جراحی (فعالیت سنگین احتمال عود فتق را زیاد می کند).
- استفاده از تکنیک مناسب برای بلند کردن وزنه و یا اجسام سنگین داشته باشید.

مراقبت ها

- برش جراحی را تمیز و خشک نگه دارید.
- از تماس پوشک کودک با پانسمان جراحی خودداری شود و برای جلوگیری از عفونت ناحیه عمل، پوشک را به صورت مکرر تعویض کنید.
- توجه به علائم و نشانه های عفونت مثل تب، ترشح چرکی از محل عمل داشته باشید.
- در صورتی که محل زخم مشکلی نداشته باشد با اجازه پزشک پس از 48 ساعت می توانید استحمام کنید.
- بخیه ها را با نظر پزشک پس از 7 تا 10 روز می توان خارج کرد.
- شایعترین عارضه جراحی فتق درد ناحیه می باشد که گاهی تا یک سال باقی می ماند و آزار دهنده است و مصرف مسکن ها با تجویز پزشک می تواند کمک کننده باشد.
- تمیز و خشک نگه داشتن شکاف جراحی، دوش گرفتن به جای وان به مدت یک هفته پس از عمل برای پیشگیری از عفونت ناحیه عمل ضروری است.
- کاهش وزن در افراد چاق توصیه می شود.
- به محض احساس دفع به دستشویی رفته و خودداری از احتباس مدفوع داشته باشید.
- از عوارض دیگر جراحی فتق سوزش و خارش ناحیه عمل می باشد که در صورت تشدید به پزشک مراجعه نمایید.
- از استعمال دخانیات خودداری کنید.

