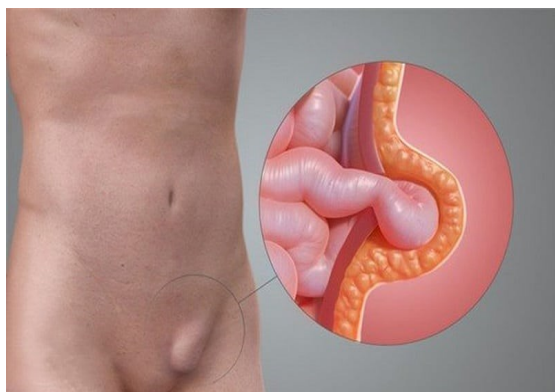




جلوگیری از فتق

اکثر فتق‌ها تهدیدکننده زندگی نیستند، فتق خود به خود از بین نمی‌رود و با گذشت زمان بهتر نمی‌شود.

ما نمی‌توانیم از ضعف عضلانی که علت ایجاد فتق است، جلوگیری کنیم. با این حال، می‌توانیم میزان فشار بر روی بدنمان را کاهش دهیم؛ این کار ممکن است به ما در جلوگیری از فتق کمک کند یا از افزایش شدت فتق جلوگیری کنید.

بعض نکات برای پیشگیری از فتق عبارتند از:

- سیگار نکشیدن
- حفظ وزن بدن در حالت نرمال
- اجتناب از تنش در طی حرکات روده یا ادرار کردن
- بلند نکردن اجسام سنگین

منبع: بروئر سودارث کلیه و مجاری ادراری

Up to date .com



لطفاً بعد از روشن کردن اینترنت گوشی و گرفتن دوربین گوشی بر روی لینک زیر کلیک
اطلاعات مربوط به بیماری خود را دریافت کنید



آدرس: مشهد، بلوار امام خمینی، امام خمینی ۲۵

تلفن: ۳۰۰۶ ۱۵۳۲۲۹۱۹۶۳ خلی

عمل جراحی برای درمان فتق

اگر فتق در حال افزایش است یا باعث درد می‌شود، پزشک ممکن است تصمیم بگیرد که عمل جراحی را انجام دهد.

روش‌های جراحی فتق

فتق می‌تواند با جراحی باز یا لاپاروسکوپی انجام شود. در جراحی باز که ممکن است با بی‌حسی موضعی و یا بیهوشی عمومی انجام شود، جراح یک برش در ناحیه کشاله ران ایجاد می‌کند و بافت بیرون زده را به شکم برمی‌گرداند. گاهی پزشک برای تقویت ضعف عضلات از مش (بستری مصنوعی برای افزایش استحکام بافت شکم) استفاده می‌کند.

پس از عمل جراحی، پزشک ما را تشویق می‌کند در اسرع وقت حرکت کنیم، اما ممکن است چند هفته زمان نیاز باشد تا فعالیت‌های معمول خود را از سر گیریم.

در روش لاپاروسکوپی که نیاز به بیهوشی عمومی دارد؛ جراح از طریق چند سوراخ کوچک در سطح شکم به داخل شکم دسترسی پیدا می‌کند و با استفاده از لوله‌های لاپاروسکوپ جراحی با حداقل تهاجم انجام می‌شود.

فتق به بیرون زدگی یا خارج شدن هر عضو بدن، از جای اصلی خود گفته می‌شود. به عبارتی دیگر: تغییر محل اعضای از بدن به حفره یا بافت مجاور که موجب تورم یا پارگی شود را فتق می‌گویند. فتق مزمن معمولاً در ناحیه شکمی رخ می‌دهد، همچنین فتق می‌تواند در ران، ناف و ناحیه کشاله ران دیده شود.

شایعترین انواع هرنی

فتق کشاله ران یا فتق اینگوینال:

فتق اینگوینال به شکل برآمدگی در کشاله ران یا کیسه بیضه ظاهر می‌شود. فتق کشاله ران در مردان شایع‌تر از زنان است. این فتق هنگامی رخ می‌دهد که بخشی از روده‌ها یا بافت چربی از طریق یک نقطه ضعف یا پریشانی در دیواره شکمی در بالای قسمت ران، فشار آورند.

فتق رانی

فتق فمورال به صورت برآمدگی در قسمت بالایی ران ایجاد می‌شود. توده حاصل از این فتق با وارد آوردن فشار یا دراز کشیدن ناپدید خواهد شد و با سرفه یا زور زدن ممکن است که ظاهر شود. فتق رانی در زنان شایع‌تر از مردان است

فتق شکافی

فتق شکافی در محل مربوط به جراحی شکمی یا عمل‌های لاپاروسکوپی ایجاد می‌شود؛ که به عنوان فتق پست لاپاروتومی هم شناخته می‌شود.

فتق نافی

برآمدگی اطراف منطقه ناف، شامل بخشی از روده یا بافت چربی که از طریق دیواره شکم در نزدیکی ناف بیرون می‌زند. فتق ناف در کودکان و نوزادان زیر ۶ ماه

عوامل ایجاد کننده

زور زدن در دستشویی (برای مثال، ناشی از یبوست طولانی مدت)

سیستیک فیبروزیس

بزرگی پروستات

زور زدن برای دفع ادرار

اضافه وزن و چاقی

مایعات شکمی

بلند کردن اجسام سنگین

دیالیز صفاقی

تغذیه ناکافی

عدم نزول بیضه

افراد دارای سابقه خانوادگی

سرفه مزمن

علائم:

شایع‌ترین علامت فتق یک عضله یا توده بیرون آمده در ناحیه آسیب دیده از بدن است. فتق ممکن است ایجاد دردهای بسیار شدید شکمی کند. همچنین با بروز مشکلات جدی دیگر ممکن است نیاز به جراحی اورژانسی پیدا کنید
شاخص‌ترین علائم فتق عبارتند از:

درد در ناحیه کشاله ران که با خم شدن یا بلند کردن اجسام سنگین بدتر می‌شود. وجود توده یا برآمدگی دردناک در کشاله ران یا ناحیه شکمی و یا در ناحیه بیضه حساس سنگینی در شکم سوزش یا احساس درد در محل زخم

روش‌های تشخیص فتق

تشخیص فتق معمولاً ساده است: ممکن است یک برآمدگی زیر پوست را احساس کنید یا ممکن است

هنگام بلند کردن اشیاء سنگین، سرفه کردن، زور زدن هنگام دفع ادرار یا اجابت مزاج و یا موقع نشستن یا ایستادن طولانی مدت احساس درد کنید. درد ممکن است شدید باشد یا درد خفیفی که در طول روز شدت پیدا کند. انواع مختلفی از بیماری فتق وجود دارد که هر کدام با مجموعه علائم خاص خود همراه هستند. پزشک براساس علائم و تاریخچه سلامت ما، معاینه فیزیکی و احتمالاً آزمایش خون یا اسکن تصویری در منطقه آسیب‌دیده، فتق را تشخیص می‌دهد.

درمان فتق:

تقریباً همه انواع فتق نیاز به جراحی دارند. این که آیا ما نیاز به درمان داریم یا نه؟ به اندازه فتق و شدت علائم در ما بستگی دارد. گزینه‌های درمان برای فتق عبارتند از: تغییر سبک زندگی، مصرف دارو یا جراحی که در ادامه به توضیح هر کدام می‌پردازیم.

تغییر سبک زندگی برای درمان فتق شامل:

تغییرات غذایی اغلب ممکن است علائم فتق را از بین ببرد؛ اما فتق را از بین نمی‌برد.

از وعده‌های غذایی بزرگ یا پرخوری اجتناب کنید.

وزن بدن خود را در محدوده سالم نگه دارید

برخی تمرینات ممکن است به تقویت عضلات اطراف شکم کمک کنند و علائم فتق را کاهش دهند. با این حال، گاهی تمرینات انجام شده می‌توانند فشار را در

این ناحیه افزایش دهند و در واقع باعث ایجاد فتق