

آموزشهای بدو بستری :

- 1-دستبند شناسایی که به دست غالب شما بسته شده است تا زمان ترخیص نگهداری کنید.
- 2-به علت خطر سقوط از تخت همیشه نرده کنار تخت بالا باشد .
- 3- همراه بیمار باید قبل از انجام هر اقدامی برای بیمار ،به پرستار اطلاع دهد.
- 4-نام پزشک خود را بدانید و نام پرستار خود را در هر شیفت بپرسید.
- 5-درمورد فعالیت و نوع تغذیه از پزشک یا پرستار خود سوال کنید.
- 6- دست های آلوده نقش مهمی در انتقال عفونت دارند دستهای خود را قبل از غذا ، پس از لمس سطوح و پس از اجابت مزاج بشویید.

آموزشهای حین بستری :

آموزش های قبل از عمل:

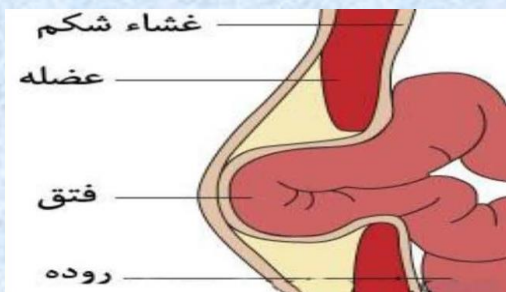
- 1- به دلیل امکان تهوع و استفراغ بعد از عمل از شب قبل از عمل ناشتا بمانید.
- 2- زمان رفتن به اتاق عمل زیورآلات , دندان مصنوعی یا هر نوع عضو مصنوعی دیگر را از بدن خود جدا کنید.آرایش و لاک ناخن نداشته باشید.
- 3- اگر آسپرین، وارفارین یا داروهای کنترل کننده قند خون و فشار خون مصرف می کنید، حتما به پزشک و پرستار اطلاع دهید.
- 4-لطفا هر نوع بیماری یا حساسیت دارویی و یا سابقه جراحی قبلی خود را به پزشک و پرستار بخش اطلاع دهید

مراقبتهای بعد از عمل:

- 1-تا زمانی که پزشک اجازه نداده است باید ناشتا باشید.
- 2-پس از جراحی وجود سوزش, درد گلو و تهوع ,درد ناحیه عمل امری طبیعی است
- 3-در صورت تهوع سر را به يك طرف بچرخانید تا ترشحات معده به حلق راه نیابد.
- 4-سرفه و تنفس لب غنچه ای خطر عفونت ریوی را به حداقل کاهش می دهد دهان خود را بسته, از طریق بینی يك نفس عمیق کشیده و با 2 شماره بازدم را با دهان باز انجام دهید
- 5-بعد از عمل هرنی بهتر است موقع خواب زیر زانو بالش داشته باشد.
- 6- بعد از عمل و بعد از اجازه پرستار به راه رفتن حتما"قبل از خروج از تخت 10 دقیقه در وضعیت نشسته و پاها آویزان باشد .وسپس اقدام به خروج از تخت نمایید.
- 7-تا یک هفته بعد از عمل از دوچرخه سواری و موتور سواری و رانندگی اجتناب کند .چون درد را تشدید می کند و احتمال ایجاد تصادف هست .



مرکز آموزش، پژوهش و درمانی سینا



فتق

گردآوری: نازیلا قریب‌پوری (کارشناس پرستاری)

منبع:

آموزش به بیمار تالیف: ماری ام. کانابیو و ترجمه دکتر نصیریانی

تاریخ تدوین: شهریور 1399

تاریخ بازنگری: مهر 1404



مراقبت:

- طبق دستور پزشک روز بعد از ترخیص پانسمان خود را تعویض کنید.
- طبق دستور پزشک روز بعد از ترخیص استحمام کنید.
- جهت جلوگیری از فشار روی محل عمل تا یک هفته بعد از عمل از دوچرخه سواری و موتور سواری و رانندگی اجتناب کنید.
- بعد از عمل در آقایان احتمال ورم در ناحیه اسکروتوم می باشد. برای کاهش تورم محل عمل از کیف یخ یا به وسیله یک ملافه بالاتر نگه داشته شوند و حتماً به پزشک معالج اطلاع داده شود.
- تا 3 ماه وسیله سنگین تر از 5 کیلوگرم برندارید.
- داروهای تجویزی پزشک را به طور مرتب مصرف کنید.

رژیم غذایی:

- پس از شروع تغذیه هیچ ممنوعیت غذایی ندارید مگر در موارد داشتن بیماری های زمینه ای (دیابت، فشارخون، ...)
- از مصرف غذاهای نفاخ (حبوبات، شیر و ...) و غذاهای محرک (فلفل، ترشیجات و انواع سسها) خودداری کنید.

فعالیت:

- جهت جلوگیری از عود فتق تا 6 هفته باید از کارهای سنگین و سرفه های شدید پرهیز نمایید.

آموزشهای حین ترخیص:

در صورت مشاهده علائم زیر به اورژانس یا پزشک مراجعه کنید:

1. خروج چرک و یا بروز خونریزی از محل عمل و وجود هرگونه تورم، قرمزی در ناحیه عمل شده
2. داشتن تب
3. دردی که به مسکن پاسخ نمی دهد.