



نکات آموزشی در رابطه با عمل جراحی فتق

- ۱) روز دوم پانسمان را بردارید.
- ۲) در روز سوم به بعد امکان استحمام وجود دارد ولی بعد از آن باید محل عمل دقیق خشک شود.
- ۳) تا ۳ ماه از بلند کردن اشیاء سنگین خود داری کنید .
- ۴) فعالیت ها ی خود را به طور تدریجی آغاز نمائید و اگر در حیطه وظایف شغلی مجبور به بلند کردن اشیاء سنگین هستید باید در باره حدود فعالیتی آینده با پزشک خود مشورت کنید.
- ۵) چنانچه ظرف ۲۴ تا ۴۸ ساعت بعد از عمل دچار درد و تورم بیضه شدید از مسکن جهت رفع درد استفاده کنید اگر درد شدید شد به پزشک معالج مراجعه کنید
- ۶) جلوگیری از ایجاد یبوست با خوردن سبزی ها و میوه ها، نوشیدن مقادیر زیادی مایعات و عدم احتباس مدفوع
- ۷) کاهش وزن در افراد چاق با انجام ورزش منظم و غیر سنگین
- ۸) ورزش منظم، به محض احساس دفع به دستشوئی رفتن و خودداری از احتباس مدفوع.
- ۹) در صورت بی حسی نخاعی در شبانه روز حداقل ۲ تا ۳ لیتر مایع مصرف کنید و در تمام موارد بیهوشی در برنامه غذایی خود از حجیم کننده ها و نرم کننده ها ی مدفوع استفاده نمائید و از زور زدن اجابت مزاج خود داری نمایند.
- ۱۰) هر نوع ترشح از محل زخم و تورم را به پزشک اطلاع دهید .
- ۱۱) دردی یا اشکال در دفع ادرار را به پزشک اطلاع دهید.
- ۱۲) از ایجاد کشش و فشارمحل شکاف به مدت ۶ هفته بعد از عمل جراحی خود داری کنید و در روزهای اول بعد از ترخیص توصیه می شود از پله ها بالا نروید .
- ۱۳) از خوردن قهوه ، غذاهای محرک زا و پر ادویه - پرچربی - کافئین - دخانیات خود داری کنید .
- ۱۴) یکی از مسائل شایع در مردان بدنبال ترمیم فتق احتباس ادراری است که باید از کیسه آبگرم در بالای مثانه قرار دهید.
- ۱۵) در صورتی که از بیحسی نخاعی برای شما استفاده شده است ، بهتر است در ۲۴ ساعت اول حرکت نکرده و سرخود را بالا نیاورید . و مایعات زیاد بنوشید .
- ۱۶) روز سوم بعد از عمل میتوانید پانسمان را برداشته و استحمام نمایید .

گروه هدف: بیمار و خانواده

باز نگری توسط خ. آلبو عطیوی سرپرستار بخش جراحی شهربور ۱۴۰۲

منبع: پرونر سودارث

واحد آموزش بیمار