



نکات آموزشی بعد از عمل جراحی فتق (هرنی)

بیمار محترم:

مهمت بهبود هر چه سریعتر لطفاً نکات زیر را رعایت فرمائید

- ۱- تا سه ماه از بلند کردن اشیاء سنگین خودداری کنید.
- ۲- فعالیتهای خود را به طور تدریجی آغاز نمائید و اگر در حیطه وظایف شغلی مجبور به بلند کردن اشیاء سنگین هستید باید درباره محدوده فعالیتی آینده با پزشک خود مشورت کنید.
- ۳- چنانچه ظرف ۲۴ تا ۴۸ ساعت بعد از عمل دچار درد و تورم بیضه (اسکروتوم) شدید از مسکن جهت رفع درد استفاده کنید و اگر درد شدید شد به پزشک مراجعه کنید.
- ۴- در صورت بی‌حسی نخاعی (اسپینال) 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 کننده‌های مدفوع استفاده نمائید و از زور زدن هنگام اجابت مزاج خودداری کنید.
- ۵- درد با اشکال در دفع ادرار به پزشک اطلاع دهید.
- ۶- هر نوع ترشح از محل زخم و تورم را به پزشک اطلاع دهید.
- ۷- از ایجاد کشش و فشار در محل شکاف به مدت ۶ هفته بعد از عمل جراحی خودداری کنید و در روزهای اول بعد از ترخیص توصیه می‌کنیم از پله‌ها بالا نروید.
- ۸- با مشورت پزشک معالج غذای خود را حداقل ۲ ساعت قبل از خوابیدن میل کنید و سرتخت خود را ۲۰-۱۵ سانتی متر بالا بیاورید.
- ۹- از غذاهای کم چربی و پرفیبر استفاده کنید.
- ۱۰- از خوردن قهوه و غذاهای محرک زایا و پر ادویه، پرچربی، کافئین، دخانیات خودداری کنید.
- ۱۱- یکی از مسائل شایع در مردان بدنبال ترمیم فتق (هرنیورافی) احتباس ادرار است که باید از کیسه یخ استفاده نمائید و آن را در بالای مثانه قرار دهید.

به امید بهبودی شما

کمیته آموزش به بیمار مرکز