



فرم شماره 2- آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت های پس از ترخیص

فتق کشاله ران

شماره پرونده:

نام خانوادگی:	نام:	بخش: اتاق: تخت:	پزشک معالج:
نام پدر:	تاریخ تولد: جنس: <input type="checkbox"/> زن <input type="checkbox"/> مرد	تشخیص (علت بستری):	تاریخ پذیرش:

بیمار محترم ضمن آرزوی سلامتی برای شما شایسته است که پس از ترخیص از بیمارستان موارد زیر را به دقت مطالعه و اقدام کنید:

مراقبت در منزل:

- پس از شروع تغذیه هیچ ممنوعیت غذایی ندارید مگر در مورد 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.
- رژیم غذایی باید حاوی مقادیر کافی گوشت، تخم مرغ و لبنیات، میوه و سبزیجات باشد.
- با خوردن سبزی ها و میوه های تازه و نوشیدن مقادیر زیادی مایعات در روز از یبوست جلوگیری کنید.
- فعالیت های خود را در عرض 3 الی 5 روز پس از عمل جراحی، از سر بگیرید (فعالیت های سبک) ولی از انجام کارهای سنگین حداقل تا دو ماه و به طور معمول تا شش ماه باید پرهیز کنید.
- تا زمانی که پزشک موافقت نکرده است ورزش را از سر نگیرید.
- از فعالیت زیاد کودک تا 2-3 هفته خودداری کنید.
- 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 مانند 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.
- 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 از احتباس مدفوع خودداری کنید.
- 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.
- از عوارض دیگر جراحی فتق سوزش و خارش ناحیه عمل می باشد که در صورت تشدید و عدم تحمل به پزشک مراجعه کنید.
- از استعمال دخانیات خودداری کنید.
- جهت تسکین درد از داروی مسکن تجویز شده طبق دستور پزشک استفاده کنید.
- داروهای تجویز شده توسط پزشک (مانند آنتی بیوتیک در ساعات معین) طبق دستور و تا اتمام کامل دوره توصیه شده مصرف کنید.
- در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید**
- در صورت خارج شدن ترشح از محل بخیه ها، تورم، قرمزی
- دردناک شدن محل عمل و تب
- سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی