

فتق ناف

آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت های پس از ترخیص

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

مراقبت در منزل :

- طی دو هفته بعد از عمل از مصرف مواد نفاخ (ذرت، لوبیا، نخود، نوشابه های گازدار) خودداری کنید.
 - مصرف ماست، نان تست و نان سوخاری از ایجاد نفخ جلوگیری می کند.
 - رژیم غذایی باید حاوی مقادیر کافی گوشت، تخم مرغ و لبنیات، میوه و سبزیجات باشد.
 - با خوردن سبزیجات 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 بطور معمول تا شش ماه باید پرهیز کنید.
 - در صورتی که بیمار کودک است از فعالیت زیاد وی تا 2-3 هفته خودداری کنید.
 - پس از اجازه پزشک، جهت بلند کردن اجسام سنگین ابتدا نشسته و سپس اقدام به بلند کردن جسم کنید.
 - در صورتی که محل زخم مشکلی نداشته باشد با اجازه پزشک پس از 48 ساعت می توانید حمام کنید.
 - 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.
 - در صورتی که اضافه وزن دارید، وزن خود را کاهش دهید.
 - به محض احساس دفع به دستشویی رفته و از احتباس مدفوع 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) را طبق دستور و تا اتمام کامل مصرف کنید و از قطع خودسرانه دارو خودداری کنید.
 - 7-10 روز بعد از عمل جراحی جهت کشیدن بخیه ها مراجعه کنید.
- در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید**
- خارج شدن ترشح از محل بخیه ها، تورم و قرمزی
 - دردناک شدن محل عمل و تب
 - سوزش و خارش ناحیه عمل و عدم تحمل آن
 - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی