

فتق چیست؟

فتق (Hernia) زمانی اتفاق می افتد که یک عضو از سوراخی در عضله یا بافتی که آن را در جای خود نگه می دارد با فشار خارج می شود. به عنوان مثال، روده ها ممکن است از ناحیه ضعیف شده در دیواره شکم خارج شوند.

بسیاری از فتق ها در شکم بین قفسه سینه و باسن ایجاد می شوند، اما می توانند در قسمت بالای ران و کشاله ران نیز ظاهر شوند.

اکثر فتق ها تهدید کننده زندگی نیستند، اما خود به خود از بین نمی روند. گاهی اوقات ممکن است برای جلوگیری از عوارض خطرناک نیاز به جراحی داشته باشند. در ادامه این مقاله که در بخش تحقیقاتی آزمایشگاه مجهز شمال تهران تهیه شده است، به انواع فتق، علائم، علل و درمان آن می پردازیم.

انواع فتق:

انواع مختلفی از فتق وجود دارد. در ادامه، ما برخی از رایج ترین آنها را بررسی خواهیم کرد.

فتق اینگوینال:

فتق مغبنی یا اینگوینال شایع ترین نوع فتق است. آنها زمانی رخ می دهند که روده ها از طریق یک نقطه ضعیف یا پارگی در دیواره پایین شکم خارج می شوند، و اغلب در کانال اینگوینال، ایجاد می شوند.

کانال اینگوینال در کشاله ران است. در مردان، ناحیه ای است که طناب اسپرماتیک از شکم به کیسه بیضه می رسد. این طناب به بیضه ها متصل می شود. در زنان، کانال اینگوینال حاوی یک رباط (به نام رباط گرد) است که به نگه داشتن رحم در جای خود کمک می کند.

فتق مغبنی در مردان شایع تر است زیرا بیضه ها مدت کوتاهی پس از تولد از طریق کانال مغبنی به کیسه بیضه ها وارد می شوند. قرار است کانال تقریباً به طور کامل پشت آنها بسته شود. گاهی اوقات کانال به درستی بسته نمی شود و یک ناحیه ضعیف باقی می ماند.

فتق هیاتال:

فتق هیاتال زمانی اتفاق می افتد که بخشی از معده از طریق دیافراگم به داخل حفره قفسه سینه بیرون زده است. دیافراگم ورقه ای از عضله است که با انقباض و کشیدن هوا به داخل ریه ها به تنفس کمک می کند و اندام های شکم را از اندام های سینه جدا می کند.

این نوع فتق بیشتر در افراد بالای ۵۰ سال دیده می شود. اگر کودکی این عارضه را داشته باشد، معمولاً ناشی از یک اختلال مادرزادی در هنگام تولد است.

فتق هیاتال تقریباً همیشه باعث بیماری ریفلاکس معده به مری (GERD) می شود. در GERD، محتویات معده به سمت عقب به مری نشت می کند و باعث احساس سوزش می شود.

فتق ناف:

فتق ناف می تواند کودکان و نوزادان را تحت تاثیر قرار دهد. آنها زمانی رخ می دهند که روده ها از طریق دیواره شکم نزدیک ناف برآمده می شوند. ممکن است متوجه برآمدگی در ناف یا نزدیک ناف کودک خود شوید، به خصوص زمانی که او گریه می کند.

فتق ناف تنها نوعی است که اغلب با قوی تر شدن عضلات دیواره شکم، خود به خود از بین می رود. این معمولاً زمانی اتفاق می افتد که کودک ۱ یا ۲ ساله شود. اگر فتق تا ۵ سالگی از بین نرفت، می توان برای اصلاح آن عمل جراحی انجام داد.

بزرگسالان نیز می توانند فتق نافی داشته باشند. این نوع فتق در بزرگسالان می تواند از فشارهای مکرر بر روی شکم به دلیل شرایطی مانند چاقی، مایع در شکم (آسیت) یا بارداری رخ دهند.

فتق شکمی:

فتق شکمی زمانی اتفاق می افتد که بافت از سوراخی در ماهیچه های شکم بیرون می زند. ممکن است متوجه شوید که اندازه فتق شکمی زمانی که دراز می کشید کاهش می یابد.

اگرچه فتق شکمی می تواند از بدو تولد وجود داشته باشد، اما معمولاً در مقطعی از زندگی ایجاد می شود. عوامل رایج در تشکیل فتق شکمی عبارتند از چاقی، بارداری و فعالیت شدید.

فتق شکمی نیز می تواند در محل برش جراحی رخ دهد. که فتق برش نامیده می شود و می تواند ناشی از زخم جراحی یا ضعف عضلات شکم در محل جراحی باشد.

علائم فتق چیست؟

شایع ترین علامت فتق، برآمدگی در ناحیه آسیب دیده است. به عنوان مثال، در مورد فتق اینگوینال، ممکن است متوجه یک توده در دو طرف استخوان شرمگاهی، جایی که کشاله ران و ران شما به هم می رسند، شوید.

ممکن است متوجه شوید که وقتی دراز می کشید این توده "ناپدید می شود". هنگامی که ایستاده اید، خم می شوید یا سرفه می کنید، به احتمال زیاد فتق خود را از طریق لمس احساس می کنید. ناراحتی یا درد در ناحیه اطراف توده نیز ممکن است وجود داشته باشد.

برخی از انواع فتق، مانند فتق هیاتال، می توانند علائم خاص تری داشته باشند. اینها می تواند شامل سوزش سر دل، مشکل در بلع و درد قفسه سینه باشد.

علل بروز فتق چیست؟

فتق ناشی از ترکیبی از ضعف و فشار عضلانی است. بسته به علت آن، فتق می تواند به سرعت یا در طی یک دوره زمانی طولانی ایجاد شود.

برخی از علل رایج ضعف یا کشیدگی عضلانی که می تواند منجر به فتق شود عبارتند از:

- یک بیماری مادرزادی که در طول رشد در رحم رخ می دهد و از بدو تولد وجود دارد
- سالخوردگی
- آسیب ناشی از جراحی یا جراحی
- ورزش شدید یا بلند کردن وزنه های سنگین
- سرفه مزمن یا اختلال انسداد مزمن ریه (COPD)
- بارداری، به خصوص داشتن چند قلو
- یبوست، که باعث می شود هنگام اجابت مزاج فشار بیاورید
- اضافه وزن یا چاقی
- آسیت

همچنین عوامل خطر خاصی وجود دارد که احتمال ابتلا به فتق را افزایش می دهد. آنها عبارتند از:

- نارس به دنیا آمدن یا وزن کم هنگام تولد
- سرفه مزمن (احتمالاً به دلیل افزایش مکرر فشار شکمی)
- فیروز سیستمیک
- بارداری
- یبوست مزمن
- اضافه وزن یا چاقی

- سیگار کشیدن، که منجر به ضعیف شدن بافت همبند می شود
- سابقه شخصی یا خانوادگی فتق

تشخیص فتق چگونه صورت می گیرد؟

برای تشخیص، پزشک ابتدا یک معاینه فیزیکی انجام می دهد. در طول این معاینه، پزشک ممکن است برآمدگی در ناحیه شکم یا کشاله ران را احساس کند که وقتی ایستاده اید، سرفه می کنید یا فشار می آورید بزرگتر می شود.

سپس پزشک سابقه پزشکی شما را می گیرد. آنها ممکن است از شما سوالات مختلفی بپرسند، از جمله:

اولین بار کی متوجه برآمدگی شدید؟

آیا علائم دیگری را تجربه کرده اید؟

آیا فکر می کنید ممکن است چیزی خاص باعث بروز آن شده باشد؟

کمی از سبک زندگی خود بگویید. آیا شغل شما شامل بلند کردن اجسام سنگین است؟ آیا به شدت ورزش می کنید؟ وزنه برداری را به صورت حرفه ای انجام می دهید یا تفریحی؟ آیا سابقه سیگار کشیدن دارید؟

آیا سابقه شخصی یا خانوادگی فتق دارید؟

آیا در ناحیه شکم یا کشاله ران خود عمل جراحی داشته اید؟

پزشک شما همچنین احتمالاً از آزمایشات تصویربرداری برای کمک به تشخیص آنها استفاده خواهد کرد. این موارد می تواند شامل موارد زیر باشد:

- سونوگرافی شکم.
- سی تی اسکن شکم
- اسکن ام آر آی شکم.

اگر پزشک شما مشکوک به فتق هیاتال باشد، ممکن است از آزمایش های دیگری استفاده کند که به آنها اجازه می دهد داخل معده شما را ارزیابی کنند:

- رادیوگرافی اشعه ایکس از دستگاه گوارش
- آندوسکوپی

درمان فتق چگونه انجام می شود؟

تنها راه برای درمان موثر فتق، ترمیم جراحی است. اینکه آیا به جراحی نیاز دارید یا نه بستگی به اندازه فتق و شدت علائم دارد.

اگر فتق هیاتال دارید، داروهای بدون نسخه (OTC) و داروهای تجویزی که اسید معده را کاهش می دهند، می توانند ناراحتی شما را تسکین داده و علائم را بهبود بخشند.

چگونه می توان با درمان های خانگی فتق را کوچک کرد؟

- آلوئه ورا. آلوئه ورا دارای خواص ضد التهابی و تسکین دهنده است.
- مصرف وعده های غذایی کوتاه و سبک. تغییر در رژیم غذایی برای رهایی از فتق هیاتال مفید است.
- روغن دانه کرچک.
- بسته یخ.
- آب سبزیجات.
- دوچرخه سواری.
- ۳۰ دقیقه پیاده روی در روز.

منابع:

[/https://www.nhs.uk](https://www.nhs.uk)

[/https://www.hopkinsmedicine.org](https://www.hopkinsmedicine.org)

<https://www.healthline.com/health/hernia>

<https://fa.wikipedia.org/wiki/%D9%81%DB%8C%D8%A8%D8%B1%D9%88%D8%B2%D8%B3%DB%8C%D8%B3%D8%AA%DB%8C%DA%A9>