

Un equip de cirurgians liderat per Àlex Hugué, opera hèrnies inguinals per laparoscòpia des del 2017. És una intervenció que té grans avantatges per als pacients, ja que no requereix ingrés i la recuperació és molt més ràpida i amb menys dolor postoperatori que la cirurgia convencional.



“M'he recuperat del tot en menys de dues setmanes”, Àlex Iglesias (34 anys)

Un dia, a la dutxa, em vaig trobar un petit bony a l'engonal que al cap d'una setmana ja s'havia convertit en un bony gran que em començava a fer mal. Sóc cuiner, acostumo a agafar olles grans i les molèsties anaven augmentant. Per això vaig decidir operar-me.



No puc estar més satisfet amb el resultat. El mateix dia de l'operació, a la tarda, vaig poder sortir una estona a caminar i recollir la meua filla a la llar d'infants. He seguit les recomanacions del cirurgià de fer una recuperació activa, és a dir, vida normal sense esforços, i m'he recuperat completament en menys de dues setmanes.



Cuida la teva salut... per evitar una hèrnia inguinal:



Mantingues un pes adequat



Segueix una dieta rica en fibra per no patir restrenyiment



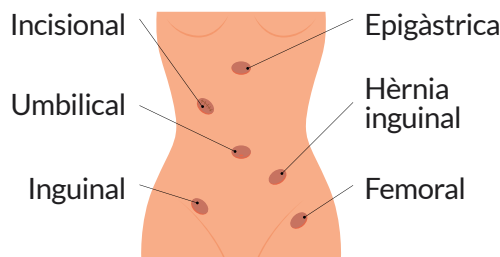
Mantingues un bon to muscular, sobretot a l'abdomen



Evita carregar molt de pes



Sabies que... tot i que l'hèrnia inguinal és la més freqüent, poden aparèixer hèrnies en altres zones?



44% del total d'intervencions d'hèrnies inguinals que es van practicar a l'Hospital de Mataró el 2021 van ser per **laparoscòpia**

30% de la població pateix una hèrnia inguinal al llarg de la vida.

És molt més comú entre els homes, que representen el **80%** dels casos.



Les causes



Càrrega de pes



Tos intensa



Restrenyiment

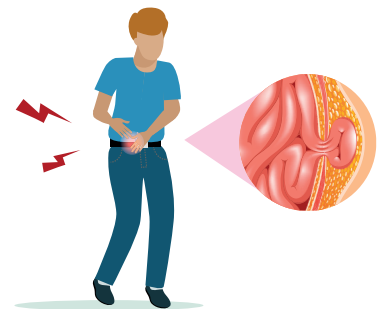


Embaràs

Algunes persones desenvolupen hèrnies inguinals per un defecte congènit.

Símptomes

- Aparició d'un bony a l'engonal
- Molèsties o dolor lleu a la zona



Si evoluciona amb dolor intens, nàusees, vòmits i dificultats per evacuar cal anar a Urgències.