

«دستورالعمل مراقبت‌های

بعد از عمل جراحی»

۱- از شستشوی دهان در روز جراحی خودداری شود.

۲- نشت خونی و وجود خونابه بعد از جراحی دهان به مدت چندین ساعت طبیعی است. در صورت بروز خونریزی بیشتر از حد نشت خون و خونابه، گاز استریل بر روی ناحیه جراحی شده قرار داده و با دندان‌های مقابل، روی آن به مدت ۱۰-۲۰ دقیقه بصورت ممتد فشار آورید. در صورت ادامه یافتن خونریزی، این عمل تکرار شود. از تعویض گاز با فواصل کوتاه‌تر از ۱۵ دقیقه خودداری نمایید.

۳- تا یک روز بعد از جراحی از انجام هرکاری که فشار منفی در حفره دهان ایجاد می‌کند مانند مکیدن مایعات با نی، تف کردن آب دهان و ... به دلیل احتمال جدا شدن لخته خون تشکیل شده از روی ناحیه جراحی و احتمال ایجاد حفره خشک (dry socket)، جداً خودداری شود (تشکیل لخته خون و باقی ماندن آن در ناحیه، علاوه بر جلوگیری از ایجاد عفونت، به استخوان‌سازی و ترمیم بهتر ناحیه کمک می‌کند). در صورت ایجاد حفره خشک، عفونت و متعاقب آن درد بسیار شدید قابل انتظار است که در صورت بروز این حالت، بلافاصله با دندانپزشک معالج خود تماس حاصل فرمائید.

۴- بعد از انجام جراحی روی زخم داخل دهان را قشر سفید رنگی می‌پوشاند و دهان تا چند روز بدمزه و نفس اندکی بوی نامطبوع دارد. این حالات طبیعی بوده و نشانه وجود عفونت نمی‌باشد. برای بهبود این حالات و جلوگیری از تجمع باقی مانده مواد غذایی و ایجاد عفونت احتمالی، از روز دوم، در ساعات بیداری دهان را با محلول نرمال سالین (آب-نمک) یا محلول ضدعفونی کننده تجویز شده هر سه ساعت یکبار و همچنین بعد از هر بار مصرف خوراکی شستشو فرمائید.

۵- در روز اول پس از جراحی از رژیم غذایی مایع یا نرم و از روزهای بعد در صورت عدم ناراحتی، از غذاهای معمولی می‌توانید استفاده نمائید. صرف مایعات و غذای کافی بعد از جراحی ضروری است و در التیام و بهبودی شما تأثیر بسزایی دارد. توجه کنید از فشار مستقیم لقمه غذایی روی ناحیه بخیه تا یک هفته پرهیز شود. از خوردن غذاهای تیز و برنده از قبیل ته دیگ، نان برشته، غذاهای حاوی تکه‌های استخوان بدلیل احتمال آسیب بخیه‌ها و پاره شدن آن‌ها و نیز زخمی شدن ناحیه جراحی تا زمان کشیدن بخیه‌ها جداً خودداری فرمائید.

۶- تا پایان روز اول پس از جراحی صرفاً از غذا و مایعات سرد استفاده شود. روز دوم در حد ولرم و از روز سوم، خوردن و آشامیدن غذا و مایعات گرم بلامانع است.



۷- تورم و درد بعد از جراحی قابل انتظار است. کاربرد کیسه یخ از روی صورت بلافاصله بعد از جراحی و ادامه آن تا ۶ ساعت بعد، در کاهش تورم و تاحدی ممانعت از ایجاد کبودی مؤثر خواهد بود.

۸- حداکثر تورم بعد از جراحی، ۲۴-۴۸ ساعت بعد از جراحی است (روز سوم) و سپس، به تدریج کاهش یافته و طی حدود یک هفته تا ۱۰ روز از بین می‌رود.

۹- از کشیدن سیگار و پپ تا یک هفته خودداری شود.

۱۰- قراردادن دو بالشت یا بیشتر موقع استراحت، بخصوص در شب اول توصیه می‌شود.

۱۱- مسواک کردن دندان‌ها از فردای روز جراحی بدون اشکال است. فقط دقت کنید، تا یک هفته پس از جراحی، از مسواک زدن مستقیم روی بخیه‌ها خودداری شود؛ ولی پس از یک هفته، مسواک کردن روی بخیه‌ها بلامانع است.

۱۲- در صورت تورم و کبودی ۴۸ ساعت پس از جراحی، از کمپرس گرم استفاده کنید.

۱۳- جهت شستشوی زخم و محل بخیه، از فردای روز جراحی بهتر است با استفاده از سرنگ شستشوی حاوی نرمال سالین (سر سوزن مخصوص شستشو باشد نه تزریق)، محل بخیه را کاملاً شستشو نموده تا با فشار اعمال شده، هرگونه مواد غذایی از روی بخیه‌ها یا محل دندان کشیده شده خارج گردد.

۱۴- استفاده از داروی تجویز شده از قبیل مسکن و آنتی‌بیوتیک طبق دستور دندانپزشک الزامی است.

۱۵- برای کشیدن بخیه‌ها و کنترل آن‌ها یک هفته تا ده روز بعد مراجعه نمایید.

۱۶- استفاده از بستنی، یخ و مایعات خنک در روز جراحی توصیه می‌گردد.

۱۷- در صورت انجام جراحی سینوس لیفت، تورم و کبودی در ناحیه صورت (زیر چشم و گونه) تا ۲ هفته طبیعی است.

۱۸- در صورت انجام جراحی سینوس لیفت، از حضور در محیط دارای گرد و غبار خودداری شود.

۱۹- در صورت بروز خون دماغ بعد از انجام جراحی سینوس لیفت، بلافاصله سر خود را بالا نگهداشته و یک دستمال کاغذی را جمع کرده و در داخل حفره بینی قرار دهید تا باعث بند آمدن خونریزی شود. بهتر است از خم کردن سر و گردن خودداری نمایید.

۲۰- در صورت انجام جراحی سینوس لیفت، از قطره احتقان بینی طبق دستور پزشک استفاده شود. از عطسه محکم خودداری کرده و با دهان باز عطسه یا سرفه نمایید. همچنین از فین کردن جداً پرهیز گردد.

۲۱- از فعالیت‌های ورزشی سنگین خودداری کنید (بهتر است پس از جراحی، در روز اول از انجام هر کاری که باعث بالا رفتن فشار خون می‌شود، حتی استحمام، خودداری کرده و تا پایان روز استراحت نمایید).

۲۲- اگر جراحی پیوند استخوان انجام داده‌اید و دانه‌های ریزی را در دهانتان احساس کردید، طبیعی است (گاهی اضافات پودر استخوان استفاده شده از محل جراحی به داخل دهان منتشر می‌شود).