



راهنمای مراقبت پس از جراحی جاناندازی شکستگی بینی

- ۱- پنج روز پس از انجام جاناندازی بینی جهت ویزیت مراجعه کنید.
- ۲- پس از خارج کردن تامپون بینی توسط پزشک، از فین نمودن خودداری فرمایید.
- ۳- عطسه و سرفه کردن را با دهان باز انجام دهید.
- ۴- پس از انجام جاناندازی، گچ بینی به مدت یک هفته تا ده روز به صورت خشک باقی بماند، ضربه نخورد و پس از طی این مدت جهت برداشتن گچ مراجعه نمایید.
- ۵- پس از اینکه گچ بینی شما برداشته شد پوست بینی را به آرامی با آب و صابون تمیز نمایید.
- ۶- محدودیت در رژیم غذایی ندارید ولی در روزهای اول پس از جاناندازی بهتر است از خوردن غذاهایی که به جویدن طولانی مدت احتیاج دارد، خودداری کنید.
- ۷- از فعالیت بیش از حد و حرکات ورزشی شدید خودداری نموده و بیشتر از حالت عادی استراحت نمایید (تا مدتها پس از برداشتن گچ نیز بینی شما مستعد شکستن و جابجا شدن است).
- ۸- تا یک هفته از لباسهایی استفاده کنید که یقه بسته نباشد.
- ۹- تنها در صورتی که فرد دیگری شستشوی سر را برایتان انجام می دهد، مجاز به شستشو هستید. بهتر است تا یک هفته سرتان را نشویید.
- ۱۰- از قرار گرفتن در معرض نور آفتاب و گرما حداقل به مدت دوهفته خودداری فرمایید.
- ۱۱- هنگام خوابیدن، زیر سرتان با قراردادن بالش اضافه از حالت عادی بلندتر باشد (به مدت دو هفته)
- ۱۲- استفاده از عینک و فعالیت هایی مثل شنا فقط با اجازه پزشک مقدور خواهد بود.
- ۱۳- فقط داروهایی را که توسط پزشک تجویز می شود، مصرف کنید.

علائم هشدار دهنده جهت مراجعه به اورژانس: خونریزی قابل توجه از بینی، احساس شدید درد و فشار داخل بینی، گرفتگی بینی، خروج ترشحات چرکی از بینی، تب

واحد آموزش به بیمار