



راهنمای مددجویان پس از 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 با دهان باز انجام شود.
- ۴- پس از انجام جاناندازی، گچ بینی به صورت خشک باقی بماند، ضربه نخورد؛ 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 دو هفته خودداری فرمایید.
- ۱۱- هنگام خوابیدن زیر سر از حالت عادی بلندتر باشد (به مدت دو هفته)
- ۱۲- استفاده از عینک و فعالیت هایی مثل شنا فقط با اجازه پزشک مقدر خواهد بود.
- ۱۳- فقط داروهایی را که توسط پزشک تجویز می شود، مصرف کنید.
- ۱۴- در صورت بروز هرگونه مشکل خاص (مثلا خونریزی قابل توجه از بینی، احساس شدید درد و فشار داخل بینی، گرفتگی بینی، خروج ترشحات چرکی، تب) به پزشک اورژانس مراجعه کنید.

علایم، مشاور دهنده دست مراجعه بادی: خونریزی قابل توجه از بینی، احساس شدید درد و فشار داخل بینی

واحد آموزش به بیمار