



❖ اقدامات و توصیه های قبل از عمل

- ✓ شب قبل از عمل، شام سبک مانند سوپ میل کرده و از نیمه شب ناشتا باشید.
- ✓ در صورت داشتن آرایش و لاک ناخن آن را پاک کنید .
- ✓ ریش و سبیل در مردان بهتر است تراشیده شود.
- ✓ قبل از انتقال به اتاق عمل، مثانه (ادرار) را تخلیه نمایید.
- ✓ قبل از رفتن به اتاق عمل زیورآلات، اجسام فلزی، گیره سر ، دندان مصنوعی و غیره را خارج کنید.
- ✓ کلیه لباس ها (لباس زیر، جوراب و ...) را در آورید و لباس مخصوص اتاق عمل بپوشید .
- ✓ در صورت داشتن سابقه بیماری، سابقه حساسیت (دارویی، غذایی) پرستار و پزشک معالج را در جریان امر قرار دهید.
- ✓ در صورتی که بیماری خاصی دارید که تحت درمان هستید، به پزشک و پرستار خود اطلاع دهید، زیرا ممکن است نیاز باشد داروهای شما قطع و داروهای جدید جایگزین شود.
- ✓ طبق دستور پزشک معالج ،مصرف آسپرینرا ۲ هفته و انواع مسکن ها را یک هفته قبل از عمل قطع کنید.
- ✓ در صورت تب، سرفه و علائم سرماخوردگی پزشک خود را قبل از عمل مطلع کنید. قبل از رفتن به اتاق عمل برای شما سرم وصل شده و برای پیشگیری از عفونت طبق دستور پزشک آنتی بیوتیک تزریق می شود.
- ✓ بی حرکتی پس از عمل می تواند باعث رکود خون در پاها و افزایش احتمال عفونت ریه ها گردد، لذا ورزش های تنفسی (تنفس عمیق و سرفه) و چرخش پا را بلافاصله پس از عمل انجام دهید.

❖ رژیم غذایی

- ✓ طبق دستور پزشک، خوردن مایعات را چند ساعت پس از عمل شروع کرده و در صورت عدم تحمل (حالت تهوع و استفراغ) به پرستار اطلاع دهید.
- ✓ در صورت تحمل به تدریج با نظر پزشک می توانید خوردن غذاهای نرم و سبک را شروع نمایید.
- ✓ از خوردن خوراکی ها و نوشیدنی های گرم بپرهیزید زیرا باعث خونریزی می شود .

❖ فعالیت

- ✓ استراحت نسبی داشته باشید و برای خروج از بستر، ابتدا مدتی در لبه تخت نشسته و پاها را آویزان نمایید، در صورت نداشتن سرگیجه، تاری دید و ... با کمک تیم مراقبتی راه بروید.

❖ مراقبت

- ✓ در ساعات اول پس از به هوش آمدن ممکن است درد گلو داشته باشید که به خاطر لوله بیهوشی می باشد و نگران نشوید.
- ✓ به منظور کاهش درد و تورم ناحیه عمل، زیر سر را بالاتر از سطح قلب قرار دهید.(پوزیشن نشسته یا نیمه نشسته)
- ✓ خارج شدن ترشحات خون آلود در حد کم طبیعی است در صورت خون ریزی فعال و بلع مکرر و تنگی نفس اطلاع دهید.
- ✓ پانسمان داخل بینی (تامپون) ۲۴ تا ۴۸ ساعت پس از عمل توسط پزشک خارج می شود. درد شدیدی ندارد و ممکن است به دلیل وجود تامپون درد صورت و پیشانی خفیفی ایجاد شود که مسکن تجویز خواهد شد.

❖ دارو

- ✓ داروها (آنتی بیوتیک جهت جلوگیری از عفونت و مسکن برای تسکین درد) طبق دستور پزشک در فواصل و زمان معین توسط پرستار تجویز می شود.



انحراف تیغه بینی

❖ تغذیه

- ✓ هیچ محدودیت غذایی وجود ندارد.
- ✓ از مصرف غذاهای سفت که احتیاج به جویدن طولانی دارند (مانند ساندویچ، استیک و کباب برگ) و مواد خوراکی که می‌دانید به آنها آلرژی دارید، خودداری کنید.

❖ فعالیت

- ✓ تا یک هفته پس از عمل از ورزش های سنگین، بلند کردن اشیا و زور زدن شدید بپرهیزید.

❖ مراقبت

- ✓ در وضعیت نیمه نشسته استراحت کرده و زیر سر چند بالش بگذارید تا صورت ورم نکند.
- ✓ با دهان باز عطسه و سرفه کنید و از حرکات شدید صورت حین خنده و گریه خودداری کنید.
- ✓ تا ۲ هفته پس از عمل از تخلیه ترشحات بینی با فشار خودداری کنید.
- ✓ برای تمیز کردن بینی و جلوگیری از بروز چسبندگی های پس از عمل، بینی را بطور مکرر با سرم شستشو بشویید.
- ✓ هیچ برشی بر روی بینی نخواهد خورد، تامپون در بینی قرار می‌گیرد که پس از حدود ۴۸ ساعت توسط جراح خارج خواهد شد.
- ✓ می‌تواند با مسواک نرم دندانها را مسواک کنید ولی لب بالایی را دستکاری نکنید.
- ✓ شستن صورت یا حمام در صورتی که پانسمان خیس نشود مانعی ندارد.
- ✓ در داخل بینی ورقه های سیلیکونی قرار داده می‌شود تا از عود انحراف جلوگیری شود که حدود ۲-۱ هفته پس از عمل خارج می‌شود و به هیچ عنوان دستکاری نکنید.
- ✓ ممکن است در دندانهای بالایی تا چند هفته درد داشته باشید که به مرور زمان از بین می‌رود.
- ✓ در صورت مصرف دخانیات، حداقل به مدت یک هفته بعد از عمل استفاده از آن ممنوع است.
- ✓ مراقب باشید هیچ ضربه ای به صورت وارد نشود.

❖ دارو

- ✓ مصرف مسکن را طبق تجویز پزشک مصرف نمایید.
- ✓ داروهای تجویز شده توسط پزشک (مانند آنتی بیوتیک در ساعات معین) را طبق دستور مصرف نمایید.

❖ زمان مراجعه بعدی

- ✓ ۲ روز بعد از ترخیص برای خارج کردن تامپون به پزشک معالج مراجعه نمایید.
- ✓ در صورت داشتن خونریزی و یا بلع خون و تنگی نفس و احساس سرگیجه به پزشک مراجعه نمایید.