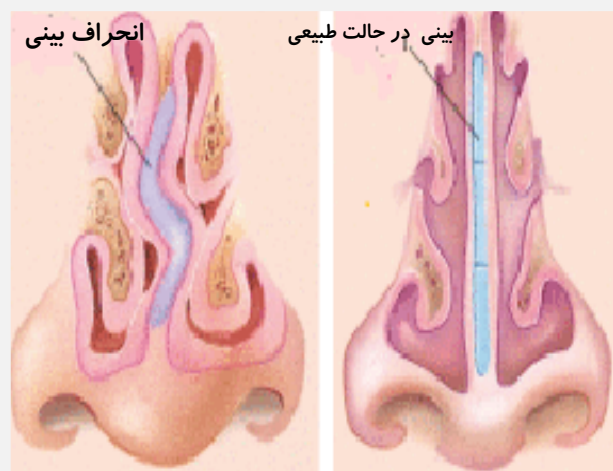




بیمارستان خیریه امام سجاد (ع)

## آموزش به بیمار

### انحراف بینی (سپتوپلاستی) چیست؟



بیمارستان امام سجاد (ع)

واحد آموزش به بیمار

### پیگیری لازم بعد از ترخیص چیست؟

در زمان مقرر به پزشک معالج مراجعه کنید و نسخه داروها و برگه خلاصه پرونده را به همراه داشته باشید.

### علائم هشداردهنده برای مراجعه سریع به پزشک چیست؟

- ◆ اگر شما تهوع، استفراغ، کوتاهی تنفس و یا اسهال به دنبال مصرف داروها داشتید و یا اگر تب، یا قرمزی پیشرونده و یا افزایش درد در محل برش جراحی خود داشتید، فوراً با پزشک خود تماس حاصل نمایید.
- ◆ در صورت افزایش ترشحات خونی با خون روشن که نیاز به تعویض متناوب پانسمان جلویی شما هر ۳۰ الی ۴۰ دقیقه می باشد حتماً با پزشک خود تماس حاصل نمایید.



منبع: <https://medlineplus.gov/ency/patientinstruction>

آدرس:

مشهد، بلوار شهید آوینی (گلشهر)، شهید آوینی ۳۳،

بیمارستان امام سجاد (ع)

تلفن: ۰۵۱۳ ۲۵۹۰۱۳۳ بخش جراحی داخلی ۱۵۰

سایت بیمارستان:

<http://sajjadhospital.com/>

لینک آموزش / آموزش به بیمار

### مراقبتهای بعد از ترخیص شما چیست؟

- ◆ از بین کردن به مدت ۲ هفته پرهیز کنید.
- ◆ در صورت داشتن خونریزی به پزشک معالج یا بیمارستان مراجعه کنید.
- ◆ داروهای تجویز شده توسط پزشک را سرساعت استفاده کنید.
- ◆ از سرم شستشو جهت شستشوی بینی روزی چند بار طبق آموزش های داده شده توسط پرستار خود استفاده کنید.
- ◆ تا ۳ ماه از رفتن به سونا و استخر پرهیز کنید.
- ◆ به هیچ عنوان در حداقل ۲ هفته پس از جراحی از سیگار استفاده نکنید.

### رژیم غذایی شما به چه صورت باشد؟

- بعد از عمل جراحی و پس از هوشیاری کامل، خوردن را فقط با مایعات فراوان شروع کنید.
- روز دوم پس از عمل تا یک هفته شما قادر به مصرف غذای نرم و سپس معمولی خواهید بود.



مطالب پیش روی شما محتوی مطالب آموزشی برای مراقبت از بیمارتان می باشد. امیدواریم با رعایت نکات ذکر شده در آن سلامت خود را بازیابید .



### انحراف بینی چیست؟

بینی از دو حفره تشکیل شده است که ممکن است به دلایل مختلف از خط وسط منحرف شده و در ناحیه ای به سمت راست یا چپ انحراف پیدا کند و منجر به گرفتگی یک یا دو مجرای بینی و در نتیجه مشکل تنفسی سینوزیت خرخرکاهش حس بویای و سردرد گردد.

**درمان:** اصلاح تیغه بینی با عمل جراحی وبا بیهوشی کامل انجام می باشد.

**نکات مهم قبل از عمل:** اگر داروهایی مانند آسپرین یا... مصرف می کنید که روی گردش خون و خونریزی تأثیر می گذارد و یا سابقه بیماری خاصی دارید ، سریعاً به پزشک خود اطلاع دهید.

### مراقبتهای پس از عمل چیست؟

پس از عمل جراحی به پشت بخوابید و از خوابیدن به سمت صورت و شکم خودداری کنید .

به مدت ۷ روز پس از عمل جراحی بینی خود ، هنگام خواب با استفاده از ۲ بالشت سر خود را بالاتر از حد معمول نگه دارید.



استفاده از کمپرس سرد ملایم در ۲۴ ساعت اول به کاهش کبودی و تورم کمک می کند ولی پس از آن اثر چندانی ندارد. از کمپرس یخ به تناوب استفاده کنید، مثلاً هر نیم ساعت بمدت یک ربع آنرا روی چشم و صورت نگهدارید و سپس بردارید.

از ضربه خوردن به ناحیه عمل پیشگیری کنید.

### میزان فعالیت شما چگونه باید باشد؟

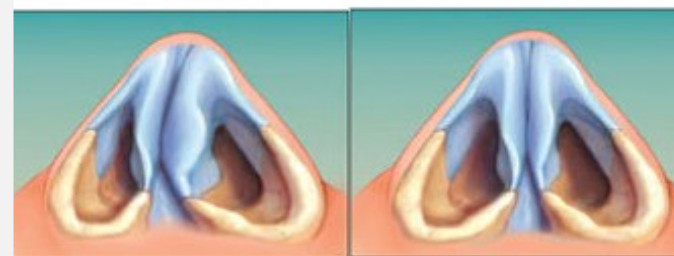
هفته اول بعد از عمل استراحت کنید.

تا یک هفته حمام نروید،

از لباسهایی که یقه تنگ دارد تا ۳ هفته استفاده نکنید ،

تا یکماه از عینک استفاده نکنید یا با چسب روی پیشانی بچسبانید.

از فعالیت سنگین، که موجب افزایش ضربان قلب شما به بیش از ۱۰۰ ضربه در دقیقه گردد مثل ایروبیک یا ورزش هایی مانند : بلند کردن وزنه و بازی کردن ، حداقل ۷ هفته اول بعد از جراحی ، خودداری نمائید.



تیغه بینی دارای انحراف

تیغه بینی اصلاح شده

از بلند کردن اشیاء سنگین تر از ۵ کیلوگرم و خم شدن، به مدت حداقل ۵ هفته بعد از عمل جراحی خودداری نمائید.

### توجهات بعد از عمل انحراف بینی چیست؟

تا زمان خارج کردن پانسمان درون بینی به آن دست نزنید . بسته به نظر پزشک ۴۸ ساعت بعد از عمل توسط پزشک خارج می شود .

از دست زدن به بخیه های داخل بینی خودداری کنید(بخیه ها خودشان جذب می شوند).

برای پیشگیری از بروز خونریزی از فین کردن و تنفس عمیق برای ۴ هفته اول بعد از جراحی خودداری نمائید.

برای عطسه کردن مقاومت نکنید و سعی نکنید جلو عطسه کردن خود را بگیرید، اما در صورت احساس عطسه، با دهان باز عطسه کنید.

احتمالاً شما برای ۳ الی ۴ روز اول پس از عمل با ترشحات خونی(خونابه )از بینی که منجر به تعویض متناوب پانسمان زیرینی شما خواهد شد، مواجه خواهید شد که جای نگرانی نیست در این صورت به منظور پاک کردن بینی خود از مالیدن و دستکاری آن جهت جلوگیری از آزدگی بینی خود خودداری نمائید و به آهستگی خونابه را تمیز کنید.