دکتر مهرناز رفیعی
متخصص جراحی لثه و ایمپلنت
بورد تخصصی

پشتیبانی پس از جراحی
09106674873
اسکن: تماس، سایت و اینستاگرام
drrafiee.com

مراقبت‌های پس از جراحی سینوس‌لیفت

راهنمای ترمیم و حفاظت از پیوند استخوان

فین نکنید؛ هنگام عطسه دهان را باز نگه دارید.

از گرفتن بینی و حبس عطسه خودداری فرمایید.

۲۴ تا ۴۸ ساعت نخست

استراحت کنید و هنگام خواب، سر را کمی بالاتر قرار دهید. کمپرس سرد را با پوشش پارچه‌ای، ۲۰ دقیقه روی گونه و ۲۰ دقیقه خارج از آن قرار دهید. در روز جراحی دهان را نشویید و با فشار تف نکنید.

خونابه و تورم

کمی خونابه و کبودی قابل انتظار است. تورم معمولا در روز دوم یا سوم به اوج می‌رسد و سپس کاهش می‌یابد. در صورت خون‌ریزی زخم، گاز استریل را طبق دستور جراح حدود ۳۰ دقیقه با فشار یکنواخت نگه دارید. با گاز داخل دهان نخوابید.

تغذیه

تا برطرف‌شدن بی‌حسی از جویدن و نوشیدنی داغ پرهیز کنید. در روزهای نخست، غذای نرم و ولرم مانند پوره، ماست و سوپ مصرف کنید. مایعات کافی بنوشید؛ از نی، خوراکی سفت و ترد و جویدن روی محل جراحی خودداری کنید.

دکتر مهرناز رفیعی
متخصص جراحی لثه و ایمپلنت
بورد تخصصی
پشتیبانی پس از جراحی
09106674873
اسکن: تماس، سایت و اینستاگرام
drrafiee.com

محافظت از سینوس و پیوند

حداقل ۲ هفته فین نکنید؛ ممکن است جراح این مدت را تا ۴ هفته افزایش دهد. ترشحات بینی را آرام پاک کنید. از مکیدن با نی، بادکردن بادکنک، نواختن سازهای بادی و هر فعالیتی که به سینوس فشار وارد می‌کند پرهیز نمایید.

بهداشت دهان و داروها

از ۲۴ ساعت بعد، دهان را با آب‌نمک ولرم به‌آرامی شست‌وشو دهید؛ نصف قاشق چای‌خوری نمک در یک لیوان آب. سایر دندان‌ها را مسواک بزنید، اما روی زخم و بخیه‌ها مسواک نکشید. داروها و دهان‌شویه را مطابق نسخه مصرف کنید؛ داروی بینی را خودسرانه آغاز نکنید.

فعالیت و سفر

تا ۲ هفته از ورزش سنگین، بلندکردن بار، زورزدن و شنا پرهیز کنید. پرواز حداقل ۲ هفته به تعویق افتد و پس از آن با تأیید جراح انجام شود. غواصی نیز نیازمند اجازه جراح است. در دوره ترمیم از سیگار و قلیان خودداری کنید.

در این موارد همان روز با جراح تماس بگیرید

تب ۳۸ درجه یا بیشتر؛ ترشح بدبو؛ افزایش درد یا تورم پس از چند روز؛ خون‌ریزی مداوم با وجود فشار گاز؛ احساس عبور هوا یا مایع بین دهان و بینی. برای بررسی این حالت، بینی را نگیرید و فشار ندهید.

تنگی نفس، مشکل بلع یا تورم سریع صورت و گردن:
فورا به اورژانس مراجعه فرمایید.

این راهنما مکمل دستور اختصاصی جراح است. در موعد تعیین‌شده برای معاینه و بررسی بخیه‌ها مراجعه فرمایید.

Clinical sources: McGill OMFS / Raleigh Oral Surgery / Boulder Oral Surgery