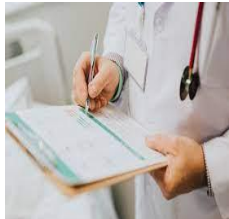


## خود مراقبتی بعد از عمل جراحی شکستگی فک

هنگامی که متعاقب یک ضربه شدید یک استخوان شکافته شود یا ترک بخورد به آن آسیب، شکستگی می گویند. شکستگی های فک در اثر ضربه به وجود می آید و برای ترمیم، ممکن است دو فک به همدیگر بسته شوند که مدت زمان بستن دهان تحت تاثیر تکنیک جراحی، سن بیمار، وضعیت دندانی، محل شکستگی، میزان همکاری بیمار می باشد و بین ۴-۸ هفته به طول انجام می انجامد.

|                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    | <p>۱ از جویدن و حرکات اضافی دهان خودداری نمایید. در چند روز پس از عمل بهتر است فعالیت خود را محدود نمایید، معمولاً راه رفتن آرام در داخل خانه توصیه میشود. بعد از ده روز فعالیتهای محدود شامل رفتن به مدرسه یا دانشگاه و یا حضور در محل کار امکان پذیر است که البته با توجه به وضعیت بیمار و وسعت عمل این زمان متغیر است. انجام فعالیت های ورزشی سنگین بهتر است طبق صلاحدید پزشک باشد</p>                                                                                                                                                                                                                                                       |
|    | <p>۲ در تمام مدتی که دارای سیم های بین دندانی هستید توسط نی، از مایعات پر کالری و پروتئامین ( سوپ صاف شده - آب گوشت صاف شده و .... ) استفاده نمایید .<br/>در غیر اینصورت ( فاقد سیم بین دندانی هستید ) در چند روز اول رژیم مایعات و یا سوپ صاف شده ارجح است، که توصیه می گردد توسط نی میل گردد از هفته دوم رژیم بیمار شامل غذای نرم مثل کته پلو، تخم مرغ له شده که نیاز به جویدن ندارند، می باشد. بعد از هفته دوم به تدریج ماهی له شده، قطعات کوچک گوشت له شده و یا مرغ له شده می باشد. آب میوه تازه و طبیعی در کل دوره بعد از عمل جهت جلوگیری از کمبود ویتامین توصیه می شود. رژیم غذایی اکثر بیماران بعد از هفته ششم تقریباً طبیعی می شود.</p> |
|  | <p>۳ بیماری که تحت عمل جراحی فک قرار گرفته باید مراقب باشد تا ضربه ای به فک او وارد نشود چون می تواند باعث جابه جایی استخوان ها شده یا ابزارهای نگهدارنده داخل فک را شل کند. بیماران بهتر است از مسافرت های طولانی پرهیز کنند و در خودرو باید حتما کمربند ایمنی و شانه بند را ببندند. بهتر است. این افراد از روز بعد از عمل باید مسواک بزنند و دهان خود را با محلول دهان شویه شستشو بدهند. پاکیزگی دهان و دندان، از بیشترین اهمیت برخوردار است. شستشوی دهان ۵-۴ بار در هر روز، به خصوص بعد از خوردن غذا، یک ضرورت است.</p>                                                                                                                      |
|  | <p>۴ در صورتی که برش محل عمل در صورت وجود دارد، محل عمل تا دو روز خیس نشود، در غیر اینصورت استحمام ممانعتی ندارد. هنگام استراحت در تخت، برای کاهش تورم ناحیه صورت، سر را در وضعیت ( ۳۰ درجه ) بالاتر قرار دهد. یک تا دو هفته بعد از عمل نماز را نشسته بخواند و مهر را با دست به پیشانی نزدیک نماید. مصرف دخانیات ممنوع می باشد.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|  | <p>۵ داروهای تجویز شده توسط پزشک را در ساعت مقرر مصرف نمایید. گاهی درد تنها از داروهای مسکن تجویز شده توسط پزشک معالجتان استفاده نمایید .</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |

## خود مراقبتی بعد از عمل جراحی شکستگی فک

|                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                            |          |
|------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|
|   | <p>۶ در صورت بسته بودن فک همواره با خود یک سیم چین داشته باشد تا در صورت بروز تهوع و استفراغ و یا مشکلات تنفسی و خطر خفگی سریعاً سیم ها را چیده و دهان خود را باز کند. پس از آن به پزشک جراح خود مراجعه نماید.</p>         | <p>۶</p> |
|   | <p>۷ در صورت داشتن علائم هشدار (تب بالای ۳۸٫۵ درجه سانتی گراد-تورم ناحیه عمل ، ۵ روز پس از عمل جراحی افزایش یابد-خونریزی از ناحیه عمل-باز شدن سیم بین دندانی-درد غیر قابل کنترل ) به اورژانس یا پزشک خود مراجعه نماید.</p> | <p>۷</p> |
|  | <p>۷ مراجعات دوره ای جهت ارزیابی ترمیم شکستگی داشته باشید. انجام فیزیوتراپی پس از باز کردن دهان در صورت تجویز پزشک پیگیری گردد.</p>                                                                                        | <p>۷</p> |

\*مددجوی گرامی بارکد ذیل را جهت استفاده از مطالب آموزشی و معرفی واحد پیگیری و آموزش بیمار پس از ترخیص، با گوشی موبایل خود اسکن نماید.

واحد ارتقاء سلامت مرکز آموزشی درمانی شهید مدنی - ۱۴۰۴

