



فرم شماره 2- آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت های پس از ترخیص

شکستگی بینی

شماره پرونده:

نام خانوادگی:	نام:	بخش: اتاق: تخت:	پزشک معالج:
نام پدر:	تاریخ تولد: جنس: مرد <input type="checkbox"/> زن <input type="checkbox"/>	تشخیص (علت بستری):	تاریخ پذیرش:

بیمار محترم ضمن آرزوی سلامتی برای شما شایسته است که پس از ترخیص از بیمارستان موارد زیر را به دقت مطالعه و اقدام نمایید:

مراقبت در منزل:

- از مصرف مواد غذایی که به آن آلرژی و حساسیت دارید خودداری کنید.
  - خود را در برابر ضربات حفاظت کنید و از انجام فعالیت های خطرناک و ورزش های سنگین خودداری کنید.
  - از زمان ضربه تا 24 ساعت پس از آن، از کمپرس سرد بر روی بینی استفاده شود و پس از آن تا 48 ساعت از کمپرس گرم استفاده کنید.
  - تا یک هفته بعد از ضربه به بینی و شکستگی آن از ورزش های سنگین، بلند کردن اشیاء و زور زدن شدید بپرهیزید.
  - در وضعیت نیمه نشسته استراحت کنید و زیر سر چند بالش بگذارید تا صورت ورم نکند.
  - با دهان باز سرفه و عطسه کنید و از حرکات شدید صورت حین خنده و گریه خودداری کنید.
  - تا 1 هفته گچ طبی بر روی بینی قرار داده می شود که نقش محافظت کننده دارد.
  - شکستگی مختصر بدون تغییر شکل بینی معمولاً در عرض 4 هفته بهبود می یابد.
  - از تخلیه ترشحات بینی با فشار خودداری کنید.
  - استفاده از دخانیات حداقل به مدت یک هفته ممنوع است.
  - مسکن را طبق تجویز پزشک مصرف کنید. از مصرف بیش از حد مسکن ها بدون اجازه پزشک خودداری کنید.
  - 7 روز بعد از عمل به پزشک معالج یا درمانگاه، مراجعه کنید.
- در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید**
- خونریزی فعال، تنگی نفس و احساس سرگیجه
  - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی