



فرم شماره ۲- آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت های پس از ترخیص

شکستگی فک

شماره پرونده:

نام خانوادگی:	نام:	بخش: اتاق: تخت:	پزشک معالج:
نام پدر:	تاریخ تولد: جنس: <input type="checkbox"/> زن <input type="checkbox"/> مرد	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:

- اگر فک شما با سیم بسته شده باید بیشتر مایعات و غذاهای صاف شده استفاده کنید.
 - بعد از یک ماه که قادر به بازکردن دهان بودید از غذاهای جویدنی شل استفاده کنید. یعنی غذاهایی که نیاز به جویدن شدید ندارند مانند سوپ، پوره، نان نرم، برنج و خورش نرم که مواد سخت و سفت نداشته باشند.
 - جهت پیشگیری از یبوست، نفخ شکم و بروز حالت تهوع و استفراغ، مایعات فراوان استفاده شود.
 - میوه ها: پوره ی شیر و موز، گلابی، هلو یا میوه های میکس شده دارای مقدار مناسبی از ویتامین ها هستند که در دوران نقاهت بعد از جراحی قابل مصرف می باشند، اما باید از مصرف میوه های اسیدی مانند پرتقال و گریپ فروت اجتناب نمود.
 - از مسافرت های طولانی پرهیز کنید. در خودرو باید حتماً کمربند ایمنی را ببندید. بهتر است تا مدتی از ورزش های سنگین خودداری کنید.
 - بخیه های روی صورت به هیچ عنوان نیاز به پانسمان با بتادین ندارد. فقط تمیز نگه داشتن زخم و مالیدن پمادی که توسط پزشک تجویز شده کافی است.
 - بهتر است در چند روز اول بعد از جراحی هنگام خوابیدن سر کمی بالا قرار داشته باشد.
 - از دهانشویه و مسواک نرم به طور مرتب استفاده کنید. بعد از خوردن هر نوع تغذیه و مایعات، دهان با آب نمک رقیق یا سرم فیزیولوژی و یا محلول دهانشویه کلروهگزیدین شستشو داده شود.
 - تا مدتی پس از عمل از خنده های شدید و خمیازه باید خودداری کنید.
 - از کشیدن سیگار در روزهای اول پس از جراحی خودداری شود.
 - در صورت بسته بودن دهان با سیم، حتماً سیم چین در دسترس باشد.
 - رعایت بهداشت فردی و نظافت محل عمل و دوری از تماس با افراد سرما خورده ضروری می باشد.
 - داروهای خود را طبق دستور پزشک و در فواصل منظم مصرف کنید. از قطع یا افزایش آن بدون اجازه پزشک خودداری کنید.
- در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید**
- درد شدید، خونریزی، تب و اشکال در بلع و تنگی نفس یا باز شدن سیمها
 - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی