

مراقبت ها و تغذیه بعد از جراحی لوزه:

بیمار عزیز:

با سلام و ضمن آرزوی سلامتی و بهبودی هر چه سریعتر شما ، مطالبی که پیش رو دارید با هدف آشنایی بیشتر شما با مراقبت های پس از عمل جراحی لوزه تهیه شده است. توجه فرمایید که ظرف چند روز آینده با بکارگیری دستورات و نکات زیر می توانید دوران نقاهت پس از عمل را با سهولت بیشتری سپری کنید:

- وجود سرما خوردگی ، احتمال عوارض پس از عمل و عوارض بیهوشی را بیشتر می کند، بنابراین هنگام بستری شدن مطمئن شوید که سرماخوردگی ندارید.
- پس از جراحی درد محل عمل، گلودرد، گوش درد و تغییر صدا طبیعی است و خود به خود بهبود خواهد یافت.
- تنها عارضه مهم پس از عمل «خونریزی» می باشد که شما باید با مشاهده کوچکترین علائمی از خونریزی به بیمارستان مراجعه نمایید یا به پزشک خود اطلاع دهید؛ مراقب باشید که خطر خونریزی حتی تا 1 ماه پس از عمل نیز وجود خواهد داشت.
- پس از عمل، سرتان موقع خواب باید بالا باشد؛ از دو بالش استفاده کنید.
- خوردن مایعات خنک و بلع آب دهان از سفت شدن عضلات حلق جلوگیری و به کاهش درد شما کمک می کند. بنابراین سعی کنید از همان روز اول حتی اگر درد دارید آب دهان را قورت دهید، مایعات خنک بنوشید و به آرامی صحبت کنید.
- پس از عمل ، سرفه شدید و عطسه شدید می تواند باعث خونریزی شود ، لذا در صورت داشتن این علائم با پزشک خود مشورت کنید.
- حمام کردن پس از روز سوم ، با آب ولرم و به مدت کوتاه اشکالی ندارد.

رژیم غذایی پس از عمل:

- 1- در 24 ساعت اول بعد از عمل ، آب و آبمیوه خنک و بستنی ساده بدون شکلات و پس از روز اول : شیر ، سوپ ، آش ، آب مرغ و آب گوشت و چای خنک شده بنوشید. خوردن مایعات داغ ممنوع می باشد.
- 2- پس از روز سوم ، بعد از ویزیت پزشک و در صورت اجازه او ، شما می توانید از برنج نرم به همراه آب خورش یا کته ماست ، فرنی ، حلیم ، میوه های نرم مثل هلو یا موز ، نان یا کیک یا بیسکویت نرم شده در چای یا شیر استفاده کنید.

3- پس از هفته اول، رژیم غذایی شما عادی خواهد شد ولی از خوردن غذاهای زیر تا یک ماه پرهیز کنید :

غذاهای سفت و خشک مثل گوشت سفت ، نان بربری و سنگک برشته و نان سوخاری ، ته دیگ ، خورش فسنجان ، چیپس ، پفک ، تنقلات و شکلات ، گردو ، ادویه جات تند ، میوه هایی مثل کیوی ، انجیر ، خربزه ، انگور و پرتقال و غذاهای داغ ، غذاهای تند ، ترش و فست فودها

4- هنگام خوردن غذاهای جامد لقمه ها را کوچک بردارید و آن را خوب بجوید.

دستورات دارویی پس از عمل :

- 1- شربت آموکسی سیلین تا یک هفته
- 2- شربت یا شیاف استامینوفن تا زمانی که درد دارید.
- 3- در بیماران آلرژیک ، داروهای ضد آلرژی باید با نظر پزشک ، مدتی پس از عمل مجدداً شروع شود.

ویزیت های پس از عمل :

- 1- ویزیت اول طی 3 روز اول پس از عمل
- 2- ویزیت دوم حدوداً " یک هفته تا 10 روز پس از عمل
- 3- در صورت داشتن علائم آلرژی یک ماه بعد از عمل نیز ویزیت لازم است.

با آرزوی بهبودی شما

دکتر ضیاء - جراح و متخصص گوش و حلق و بینی

تلفن تماس : 013 - 33110817

جهت موارد اورژانسی : 09035994348