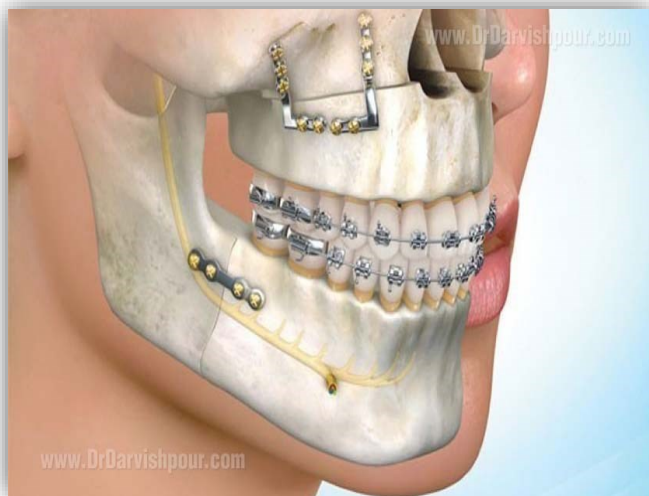




وزارت بهداشت و آموزش پزشکی
بیمارستان شهید هاشمی نژاد

آموزش به بیمار

شکستگی های فک



بیمارستان آموزشی، پژوهشی،
درمانی شهید هاشمی نژاد مشهد
واحد آموزش به بیمار

رژیم غذایی:

کسانی که فکشان با سیم بسته شده باید بیشتر مایعات و غذاهای صاف شده استفاده کنند در واقع در مدت دو هفته، نباید از غذاهائی که نیاز به جویدن دارند استفاده کند. بتدریج بیمار می تواند رژیم غذای خیلی نرمی داشته باشد مثل سوپی که نیاز به جویدن زیاد نداشته باشد. بعد از یک ماه بیمار می تواند غذاهای جویدنی استفاده کند. رژیم غذائی این بیماران باید حتماً به گونه ای باشد که مواد غذایی مورد نیاز را دریافت کنند. کسانی که دهانشان باز می شود باید از غذاهای شل استفاده کنند مثل سوپ، پوره، نان نرم، برنج و خورشت نرم اما بعد از ۳ تا ۴ هفته میتوانند رژیم غذائی عادی داشته باشند. می توانید از آب میوه ها بویژه آناناس، به همراه شیر و ماست استفاده کنید.



منبع: [www. medlineplus.gov/](http://www.medlineplus.gov/)

مشهد، طلاب، انتهای بلوار ابوریحان، بیمارستان شهید هاشمی نژاد
تلفن: ۱۵-۱۱۰۳۷۰۲۷۳۷۰۵۱۳ داخلی بخش جراحی ۳: ۲۴۱۶

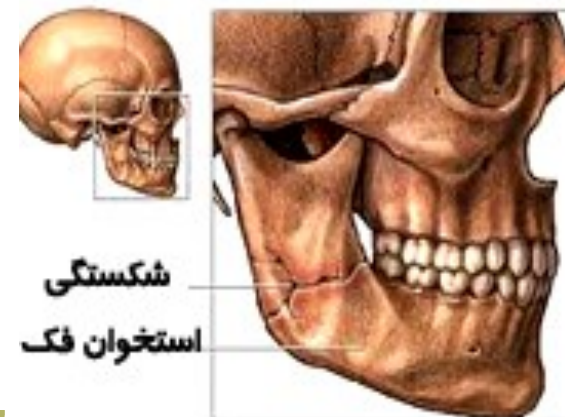
سایت بیمارستان: hasheminejad.mums.ac.ir

کلینیک پرستاری آموزش سلامت واقع در کلینیک تخصصی همه روزه به جز ایام تعطیل از ساعت ۸ الی ۱۲ پاسخگوی سوالات شما می باشد تلفن داخلی کلینیک ۸۰۰۳ می باشد. جهت دریافت پمفلت هاو فیلم های آموزشی بارکد های زیر را اسکن کنید.



در آبارات مارا
دنبال کنید

- ◀ در زمان ترخیص برگه خلاصه پرونده به شما تحویل داده می شود که همراه داشتن این برگه درویزیه های بعدی الزامی است.
- ◈ حمایت خانواده در طی دوران مراقبت و نوتوانی می تواند به بیمار بسیار کمک کننده می باشد.
- ◈ از کشیدن سیگار در روزهای اول پس از جراحی خودداری شود، چون باعث ایجاد و افزایش خونریزی می شود.
- ◈ استفراغ خون بعد از عمل بدلیل بلع خون حین عمل طبیعی است و نباید نگران باشید. در صورت بروز استفراغ سر را به جلو یا پهلو خم کنید.
- ◈ تورم صورت بعد از عمل طبیعی است و طی ۷۲ ساعت بعد از عمل از بین میرود. در صورت ادامه تورم بعد از سه روز که به همراه ضعف و بی حالی و تب باشد به درمانگاه مراجعه کنید.



پمفلت پیش روی شما محتوی مطالبی جهت آشنایی شما با مراقبت شکستگی های فک می باشد با رعایت نکات ذکر شده در آن سلامت خود را باز یابید .



امروزه تمامی جراحی های فک از داخل دهان انجام می شود. بنابراین روی صورت هیچ گونه اثری به جای نمی ماند. برای جوش خوردن استخوان بعد از جراحی فک، ممکن است دهان با سیم بسته شود و فرد تقریباً نمی تواند دهان را باز کند، یا این که با پیچ و پلاک های خاصی قطعات استخوانی در داخل فک ثابت می شوند و دهان بیمار کاملاً باز می شود. که انتخاب وروش جراحی بستگی به نظر پزشک و شرایط بیمار دارد. کلاً جوش خوردن استخوان فک یک ماه و نیم طول می کشد .

بعد از جراحی مقداری تورم ممکن است در صورت ایجاد شود که کاملاً طبیعی است و در عرض ۴ - ۳ روز الی یک هفته بعد از جراحی وجود دارد و به مرور برطرف می شود. در چند روز اول پس از عمل ممکن است مختصری خون آبه دیده شود که طبیعی است ، در صورت افزایش خونریزی اطلاع داده شود . استفاده از کیسه یخ روی صورت در ناحیه جراحی شده به مدت ۶-۵ ساعت بعد از جراحی در کاهش درد و تورم موثر خواهد بود . (به طور متناوب حدود ۲۰ دقیقه کیسه اب سرد را گذاشته ۵ تا ۱۰ دقیقه بردارید).

کمپرس گرم از روز سوم جراحی به بعد به کاهش تورم و سرعت بهبودی کمک می کند. در ۱۲ تا ۲۴ ساعت اول دهان را شستشو ندهید، تف ننمائید و فقط در صورت نیاز آب دهان را بیرون بریزید

مراقبت های بعد از جراحی:

- ♦ بیماری که تحت عمل جراحی فک قرار گرفته باید مراقب باشد تا ضربه ای به فک وارد نشود. چون می تواند باعث جابه جایی استخوانها شده یا ابزارهای نگهدارنده داخل فک را شل کند. بیماران بهتر است :
- ♦ از مسافرت های طولانی پرهیز کنند .
- ♦ در خودرو باید حتماً کمربند ایمنی را ببندند.
- ♦ بهتر است تا مدتی از ورزش های سنگین خودداری کنند.
- ♦ پس از عمل سرتخت ۳۰ درجه بالا باشد
- ♦ رعایت بهداشت دهان برای این بیماران بسیار مهم است. از روز بعد از عمل باید مرتب مسواک زده شود (با استفاده از مسواک نرم و کوچک مخصوص کودکان)
- ♦ بعد از خوردن هر نوع اغذیه 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 شود .
- ♦ دلیل لوله گذاری در حین عمل جهت بیهوشی پس از عمل هنگام بلع درد دارید که طبیعی است و بر طرف خواهد شد.
- ♦ از عوارض بعد از عمل ، بی حسی لبهاست که بعد از گذشت چند هفته تا چند ماه برطرف خواهد شد.
- ♦ سوزش چشمها بعد از عمل بدلیل استفاده از مواد ضد عفونی کننده پوست می باشد که با تجویز قطره چشمی بر طرف می شود.
- ♦ بخیه های داخل دهان جذبی است و نیاز به خارج کردن ندارد.
- ♦ بخیه های روی صورت در دو روز اول پانسمان می شوند و طی پنج تا هفت روز بعد از عمل کشیده می شود.
- ♦ داروهای تجویز شده از طرف پزشک معالج (آنتی بیوتیک ها ، ضد درد ها ، ضد التهاب و ...) باید در فاصله زمانی معین مصرف گردد. جهت تسکین درد در چند روز اول بعد از عمل جراحی از ضد درد های تجویز شده استفاده کنید و در صورت درد غیر قابل کنترل به پزشک معالج مراجعه کنید.
- ♦ ترجیحاً در چند روز اول بعد از جراحی هنگام خوابیدن سر کمی بالا قرار داشته باشد
- ♦ در زمان توصیه شده جهت کنترل به پزشک معالج خود مراجعه کنید.