

غیغب

لطفا مراقبت های زیر را تا 1 هفته بعد از جراحی رعایت کنید :

نسخه پزشک را بلافاصله بعد از عمل و سروقت استفاده کنید.

در صورت داشتن درد فقط استامینوفن کدئین و شیاف دیکلوفناک استفاده کنید(از خوردن زلوفن،نوافن و مسکن های مشابه خودداری کنید)

- آب کرفس و آب آناناس بنوشید.

- غذاهای جویدنی و سفت نخورید.

به صورت نیمه نشسته (45 درجه) بخوابید (اصلا به پهلو نخوابید)

در ویزیت اولیه (اولین مراجعه بعد از عمل) پانسمان را باز میکنیم و آموزش ماساژ به صورت کامل (ماساژ از سمت چانه به سمت گوش ها و از سمت چانه به سمت گردن) به شما داده میشود و گن را برایتان میندیم.

بعد از باز کردن پانسمان و ویزیت اولیه در کلینیک (حدود 2 روز بعد) اجازه حمام دارید.

گن را باید حداقل به مدت 2 هفته کامل (24 ساعت) ببندید (فقط 3 بار در طول روز به مدت هر بار نیم ساعت برای خوردن غذا و ماساژ آن را باز کنید)

ماساژ های روزانه برای هموار شدن سطح غیغب الزامی است.

بعد از 2 هفته با تایید پزشک معالج میتوانید به همراه ماساژ از کمپرس گرم استفاده کنید.

بستن گن به مدت طولانی تر به بهتر شدن نتیجه عمل کمک میکند.

تا 1 ماه بار بالای 10 کیلو بلند نکنید.

- از مصرف سیگار، قلیان ، مشروب ، چای سبز ، اسپرین ، آجیل و هر چیزی که باعث رقیق شدن خونتان میشود خودداری کنید.

ورم و کبودی بلافاصله بعد از عمل تا 2 هفته طبیعی آست جای هیچگونه نگرانی نیست.

- تمامی مراقبت ها و نکات گفته شده به بهبود سریع شما کمک میکند و ورم و کبودی را به حداقل میرساند.