

ข้อควรระวังหลังศัลยกรรมหน้าอก

— ทำทาง

1. หลังจากผ่าตัด แนะนำให้นอนหมอนสูงเป็นเวลา 1 อาทิตย์
2. หลังจากผ่าตัด แนะนำให้นอนหงายจนกว่าจะครบ 3 เดือน และห้ามนอนคว่ำจนกว่าจะครบ 6 เดือน

— อาการบวม

หลังผ่าตัดจะมีอาการบวมมากในช่วง 2-3 วันแรก และจะค่อย ๆ ดีขึ้นในช่วงอาทิตย์ที่ 2-4

— วิธีดูแลแผลและการใส่สายรัดประคองทรง

1. เทปทั้งหมดจะแกะออกในตอนทำแผลหลังจากวันที่ 7 ของการผ่าตัด
2. ใส่บรากระชับและสายรัดเป็นระยะเวลา 1-2 เดือน ช่วงระยะเวลาการใส่ของแต่ละบุคคลจะไม่เหมือนกัน
3. เริ่มใส่ชุดชั้นในตามลำดับนี้ บราสายรัด หลังผ่าตัด -> สปอร์ตบรา --> บรามีโครง ช่วงระยะเวลาการใส่ของแต่ละบุคคลจะไม่เหมือนกัน โดยทางโรงพยาบาลจะคอยแจ้งเป็นระยะเมื่อมาทำแผลและติดตามผลที่โรงพยาบาล
4. หากต้องการเริ่มใช้ชีวิตประจำวันไม่ใส่ชุดชั้นใน แนะนำให้เริ่มทำได้หลังจากผ่าตัด 6 เดือนเป็นต้นไป
5. หลังจากผ่าตัด 1 เดือนถึงจะสามารถทายาลดรอยแผลเป็นได้

— การอาบน้ำ

1. อาบน้ำได้หลังจากผ่าตัด 1 อาทิตย์
2. ห้ามชามาน้ำเป็นเวลา 1 เดือน

— การออกกำลังกาย

1. ในกรณีที่กรีดแผลได้รักรั้ว ต้องรักษาความปลอดภัยของแผลโดยไม่ใช้แขน เป็นเวลา 3 วัน ยกเว้นทานข้าวหรือล้างหน้า
2. สามารถเริ่มออกกำลังกายเบา ๆ ได้หลังจากผ่าตัด 1 เดือนเป็นต้นไป
3. กีฬาที่ต้องใช้ข้อต่อไหล่เยอะ เช่น กอล์ฟ เวกเทรนนิง วายน้ำ มาราธอน หรือกีฬาที่ต้องกระทบกระเทือนหน้าอกเป็นเวลานาน แนะนำให้เริ่มทำทีละนิดหลังผ่าตัดไปแล้ว 2 เดือนเป็นต้นไป

— การทานยา

1. กรุณาทานยาตามใบสั่งยา ทานให้ครบและตรงตามเวลาที่กำหนดไว้ หากมีอาการข้างเคียง เช่น ท้องเสีย ลมพิษ หลังทานยา ให้รีบหยุดยาและติดต่อโรงพยาบาลทันที



ข้อควรระวังหลังศัลยกรรมหน้าอก

2. ในใบสิ่งจะมียาแก้ปวดรวมด้วย แต่หากทานแล้วยังมีอาการเจ็บไม่ดีขึ้น สามารถทานไทรินอลเพิ่มได้วันละ 1-2 เม็ด
3. ยาแอสไพรินหรือวิตามินเป็นสาเหตุทำให้เลือดออกได้ หากไม่จำเป็นต้องทาน ใ้งดทานหลังผ่าตัด 1 อาทิตย์
4. เนื่องจากยาหรืออาหารเสริมลดบวมอื่นๆ นอกจากที่โรงพยาบาลจ่ายให้ อาจมีส่วนผสมทำให้เลือดไม่หยุดไหลได้ ทางโรงพยาบาลจึงไม่แนะนำให้ซื้อยาลดบวมอื่นๆ ทานเพิ

— การสูบบุหรี่และดื่มแอลกอฮอล์

การสูบบุหรี่และแอลกอฮอล์เป็นสาเหตุทำให้เลือดออก แผลหายช้าและติดเชื้อได้ ดังนั้นต้องงดสูบบุหรี่หรือดื่มแอลกอฮอล์เป็นเวลา 1 เดือน

— อาการ / ความคืบหน้าการรักษา

1. อาการรู้สึกอึดอัดที่หน้าอก จับหน้าอกแล้วไม่มีความรู้สึก อาการเสียวแปลบ ๆ หรือ เจ็บเวลาเคลื่อนไหวนั้น เป็นอาการที่เกิดขึ้นปกติในช่วงพักฟื้นตัว อาจจะต้องใช้เวลาหลายเดือนกว่าจะกลับมาปกติ
2. อาจต้องใช้เวลาหลายเดือนกว่าหน้าอกจะกลับมานุ่มและเป็นธรรมชาติมากขึ้น
3. หลังผ่าตัดแล้ว 1 ใน 10 คน หน้าอกจะมีลักษณะเป็นก้อน ๆ ชนกัน หรือแข็งขึ้น อาการนี้เป็นปฏิกิริยาของร่างกายตามแต่ละบุคคล ไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ ดังนั้นอาจจะจำเป็นต้องเข้ารับการตรวจร่างกายเป็นประจำและปฏิบัติตามคำแนะนำ ของโรงพยาบาล

— กรณีฉุกเฉิน

หากมีอาการหายใจติดขัดหรือเวียนหัวรุนแรง หลังผ่าตัดภายใน 1-2 วันแรก กรุณารีบติดต่อที่ปรึกษาที่เป็นผู้ดูแลตามเบอร์ติดต่อที่ให้ไว้ (เวลาทำงานถึง 19.00 น.) หากติดตไม่ได้ สามารถติดต่อเบอร์ฉุกเฉิน (010-3039-1298)

