

# ข้อควรระวังหลังผ่าตัดลดช่องว่างระหว่างปากและจมูก

## — ทำทาง

1. หลังผ่าตัด 3-4 วัน ไม่ควรก้มศีรษะต่ำ ให้ศีรษะอยู่สูงกว่าระดับหัวใจไว้เสมอ จะช่วยให้อาการบวมหายไป แต่ถ้าหากไม่สบายตัว ตอนนอนสามารถนอนท่าปกติทั่วไปได้
2. หลังผ่าตัด ไม่ควรจับ หรือแตะต้องบริเวณบริเวณปาก และหลีกเลี่ยงการนอนคว่ำเป็นเวลา 1 เดือน

## — การทานอาหาร

1. ควรรับประทานอาหารโดยระวังไม่ให้โดนริมฝีปาก หลีกเลี่ยงอาหารที่แข็ง เพราะอาจทำให้ระคายเคืองได้
2. งดอาหารรสจัด หรือเผ็ด

## — อาการบวม

1. อาการบวมหลักๆจะใช้เวลา 1 สัปดาห์ก็จะดีขึ้น และใช้เวลาประมาณ 1-3 เดือนในการเข้าที่
2. หลังผ่าตัด ควรประคบเย็นเป็นเวลา 3 วัน หลังจากนั้นไม่จำเป็นต้องประคบต่อ

## — การดูแลแผล

1. ตัดไหมหลังผ่าตัดประมาณ 7-10 วัน แล้วแต่บุคคล
2. ทายาวันละ 2 ครั้ง ซ้ำ เย็น โดยใช้ก้านสำลี ห้ามใช้นิ้วมี
3. สะเก็ดแผลบริเวณที่ผ่าตัดห้ามดึงออกเองเด็ดขาด ให้รอจนหลุดออกไปเอง

## — หลังผ่าตัด

1. ไม่ควรอ้าปากกว้าง และไม่ควรหัวเราะมากเกินไป
2. หลีกเลี่ยงกิจกรรมใดๆที่จะทำให้บาดแผลได้รับการกระทบกระเทือน

## — การอาบน้ำ

1. หลังผ่าตัดสามารถอาบน้ำได้ แต่ไม่ควรให้น้ำโดนแผลที่ผ่าตัด
2. งดขาน้ำ จิมจิลบ่ง เป็นเวลา 1 เดือน

## — การออกกำลังกาย

ออกกำลังกายเบาๆได้หลังผ่าตัด 2 สัปดาห์, ออกกำลังกายได้ปกติหลังครบ 1 เดือนเป็นต้นไป



# ข้อควรระวังหลังผ่าตัดลดช่องว่างระหว่างปากและจมูก

## การล้างหน้าและแต่งหน้า

1. ระวังไม่ให้แผลโดนน้ำจนกว่าจะตัดไหม
2. แต่งหน้าได้วันถัดไปหลังตัดไหม (การล้างหน้า ไม่ควรถูหรือใช้แรงในการล้าง ควรล้างเบาๆ และใช้โฟมในการล้างหน้าได้)
3. หลังครบ 1 เดือน สามารถว่ายน้ำ ชวน้ำ และไปจิมจิลบังกโด

## — การทานยา

1. ควรทานยาให้ครบตามที่แพทย์สั่ง หากทานยาแล้วมีอาการท้องเสีย หรือผื่นแพ้ ให้หยุดทานยาและติดต่อโรงพยาบาล
2. ในใบสั่งยามียาแก้ปวดให้อยู่แล้ว แต่ถ้าหากมีอาการปวดมาก สามารถทานยาไโกลินอลเพิ่มได้
3. หลังผ่าตัด ให้งดวิตามินหรืออาหารเสริมต่างๆ 1 เดือน เพราะอาจมีผลทำให้เลือดไม่หยุดไหลได้ และยาที่มีส่วนผสมของแอสไพริน หากไม่จำเป็นจริงๆ ให้หลีกเลี่ยงเป็นเวลา 1 สัปดาห์
4. งดทานยาแก้อาการบวมเพราะอาจทำให้เลือดหยุดไหล

## — การดื่มเหล้าและสูบบุหรี่

งดดื่มเหล้าและสูบบุหรี่เป็นเวลา 1 เดือน เพราะอาจทำให้แผลอักเสบได้

## — การติดตามผล

จะมีอาการตึงในช่วงระหว่างปากและจมูกเวลายิ้มหรือหัวเราะได้ เป็นเวลาประมาณ 2-3 เดือน

## — กรณีฉุกเฉิน

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

