

ข้อควรระวังหลังศัลยกรรมจมูก

— ทำทาง

1. หลังผ่าตัด 3-4 วัน พยายามไม่เอียงคอนอน การตั้งตัวสูงแล้วนอนให้หัวสูงกว่าหัวใจ จะเป็นการช่วยลดอาการบวม แต่ถ้ารู้สึกไม่สบายก็สามารถนอนท่าปกติได้
2. หลังผ่าตัด กรุณาไม่นอนตะแคงหรือนอนคว่ำหน้าให้นอนหงายหน้ามองเพดาน เป็นเวลา 1 เดือน
3. ในกรณีที่ใช้เป็นกระดูกอ่อนซี่โครงตนเอง อาจมีการต้องใส่สายรัดตัว ซึ่งต้องใส่ไว้ อย่างต่อเนื่องเป็นเวลา 1 สัปดาห์แต่ระวังไม่ให้รัดแน่นเกินไป

— อาหาร

สามารถทานอาหารปกติได้ทั้งหมด แต่เลี่ยงอาหารรสจัด

— อาการเลือดออกและอาการบวม

1. หลังจากผ่าตัดช่วง 2-3 วัน จะมีเลือดกำเดาไหลได้ แต่ห้ามสั่ง ให้เช็ดเฉพาะบริเวณที่เลือดออก
2. หลังจากผ่าตัดช่วง 2-3 วัน อาการบวมและช้ำจะค่อย ๆ มากขึ้น หลังจากนั้น จะใช้เวลา 2-4 อาทิตย์จะค่อย ๆ ยุบลง ซึ่งแต่ละคนใช้ เวลาไม่เท่ากัน
3. หลังผ่าตัด รวมทั้งวันผ่าตัดไปจนถึงวันที่ 3 ให้ประคบเย็น และหลังจากนั้นไม่ต้องประคบหรือ อุ่นก็ได้

— วิธีดูแลแผล

1. ห้ามเอาเทปหรือเฟือกตรงจมูกออกเอง
2. ถ้ามีการใส่สำลีสีขาวในจมูก จะเอาสำล่ออกหลังจากวันผ่าตัด 2 วัน และถ้ามีการใส่แผ่นซิลิโคนใส ๆ ในจมูก จะเอาออกหลังผ่าตัด 1 อาทิตย์
3. โหมบริเวณใต้จมูกจะตัดออกตอนครบ 1 อาทิตย์ โหมบริเวณตัดปีกจมูกจะตัดออกตอนครบ 10 วัน และโหมบริเวณในจมูกจะตัด ออกตอนครบ 2 อาทิตย์กรุณาทายาที่โรงพยาบาลให้บริเวณ แผล วันละ 2 ครั้ง จนกว่าจะตัดไหม (ปฏิบัติตามคำแนะนำ หลังจาก เข้ามาเช็คแผลครั้งแ
4. หลังผ่าตัด 2 วัน กรุณาทายาทาลงบนโหมเพียงเล็กน้อยด้วยคอตตอนบัดวันละ 2 ครั้ง (เชา, เย็น) จนกว่าจะตัดไหม
5. ห้ามเอาสะเก็ดแผลออกเอง หรือแตะแผลบริเวณในจมูก ห้ามเอานิ้วหรือคอตตอนบัดแตะจมูก
6. ในกรณีที่ใช้เป็นกระดูกอ่อนซี่โครงตนเอง หลังจากผ่าตัดแล้ว จะมีเทปกั้นน้ำแปะไว้บริเวณแผล ซี่โครง แนะนำให้อบน้ำแบบระวังและไม่ถูบริเวณแผล ในกรณีที่เทปกั้นน้ำหลุดออก พยายาม ให้ แผลโดนน้ำน้อยที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ หากแผลโดนน้ำ ให้รีบเป่าให้แห้งด้วยลมเย็นให้เร็ว
7. เริ่มทายาลดรอยแผลเป็นได้หลังจากผ่าตัดครบ 1 เดือนเป็นต้นไป

— การออกกำลังกา



ข้อควรระวังหลังศัลยกรรมจมูก

1. สามารถเดินเล่นเบา ๆ ได้หลังจากผ่าตัด 1 อาทิตย์ ส่วนการออกกำลังกายหนัก ๆ (เวทเทรนนิ่ง ปั่นเขา ว่ายน้ำ) ทำได้หลังผ่าตัด 1 เดือน
2. ระวังไม่ให้วัตถุอะไรมากระทบที่จมูก

— การล้างหน้า การอาบน้ำ การแต่งหน้า

1. กรุณาเช็ดหน้าบริเวณที่ไม่ได้ติดแถบด้วยผ้าชุบน้ำ ไปจนกว่าจะเอาแผลหรือเทปออก
2. หลังจากตัดไหมบริเวณใต้จมูกออกไปแล้ว 1 วัน สามารถล้างหน้าหรือแต่งหน้าได้ ตอนที่ล้างหน้า กรุณาอย่าถูบริเวณจมูกแรง ให้ ล้างเบา ๆ และระวังอย่ากด
3. ห้ามใช้แผ่นแปะจมูก คลีนเซอร์ที่ลอกผิว หรือสครับที่บริเวณจมูก เป็นเวลา 1 เดือน
4. จดชาม่าเป็นเวลา 1 เดือน

— การทานยา

1. กรุณาทานยาตามใบสั่งยา ทานให้ครบและตรงตามเวลาที่กำหนดไว้ **ถ้ามีอาการ เช่น ท้องเสีย ลมพิษ หลังทานยา ให้รีบหยุดยาและ ติดต่อโรงพยาบาล**
2. ในใบสั่งจะมียาแก้ปวด **แต่ถ้าทานแล้ว ยังมีอาการเจ็บหรือปวดไม่หาย สามารถทานไทรินอลเพิ่มได้**
3. ยาแอสไพรินหรือวิตามินเป็นสาเหตุทำให้เลือดออกได้ **ถ้าไม่จำเป็นต้องทาน ให้งดทานหลังผ่าตัด 1 อาทิตย์**
4. **เนื่องจากยาหรืออาหารเสริมลดบวมอื่นๆ นอกจากที่โรงพยาบาลจ่ายให้อาจมีส่วนผสมที่ทำให้เลือดไม่หยุดไหลได้ ทางโรงพยาบาลจึงไม่แนะนำให้ซื้อยาลดบวมอื่นๆ ทานเพิ**

— การสูบบุหรี่และดื่มแอลกอฮอล์

การสูบบุหรี่และแอลกอฮอล์เป็นสาเหตุทำให้เลือดออก แผลหายช้าและติดเชื้อง่าย ดังนั้นต้องงดสูบบุหรี่หรือดื่มแอลกอฮอล์เป็นเวลา 1 เดือน

— อาการ / ความคืบหน้าการรักษา

1. สามารถสั่งน้ำมูก หรือใส่แว่นตาได้ หลังผ่าตัดไปแล้ว 4 อาทิตย์
2. อาการบวม หรือการเปลี่ยนแปลงของแต่ละคนจะไม่เหมือนกัน ความบวมของข้างซ้ายขวา อาจจะไม่เท่ากัน ทำให้จมูกดูเซดขึ้นและดูไม่เท่ากันได้
3. ในกรณีที่ตัดกระดูก จำเป็นจะต้องงดบริเวณที่ตัดตั้งแต่หลังผ่าตัด 1 อาทิตย์ไปจนถึง 1 เดือน ต้องฟังคำอธิบายและปฏิบัติตามวิธีนวด หลังปรึกษากับแพทย์
4. ความบวมของสันจมูกระหว่างคิ้วกับส่วนปลายจมูกจะค่อย ๆ ลดลงช้ากว่าส่วนอื่น หลังจากผ่าตัด 6 เดือนไปแล้วถึงจะเข้าที่ เห็นเป็นทรงสุดท้าย



ข้อควรระวังหลังศัลยกรรมจมูก

5. หลังผ่าตัด อาจมีอาการน้ำมูกไหล คัดจมูก หรือเลือดออกได้บ้าง แต่อาการจะดีขึ้นเมื่อผ่านไปสักระยะ
6. จะรู้สึกตึงปลายจมูกเวลาขยับปากหรือหัวเราะไปสัก 2-3 เดือน

— การติดต่อกรณีฉุกเฉิน

หากมีอาการตามด้านล่างนี้ กรุณาติดต่อโรงพยาบาลหรือที่ปรึกษาผู้ดูแล

กรณีที่ต้องติดต่อโรงพยาบาลโดยทันที

- อาการหายใจติดขัด
- อาการเลือดไม่หยุดไหล
- ไข้สูงเกิน 38, เวียนหัวอย่างรุนแรง
- บริเวณที่ผ่าตัดมีอาการบวมผิดปกติ, - สีผิวบริเวณแผลเปลี่ยนแปลงอย่างมาก

การติดต่อหลังเวลาทำการ

เวลาทำการ

จันทร์-พฤหัสบดี หลัง 7PM ศุกร์ หลัง 9PM เสาร์ หลัง 5PM

(1) ติดต่อผ่านที่ปรึกษาที่ดูแล

(2) เบอร์ฉุกเฉิน [010-2524-1298](tel:010-2524-1298)

