



Rekomendācijas pēc “Sinus lift” operācijas.

ASIŅOŠANA.

24 stundu laikā pēc SINUS LIFT operācijas ir iespējama neliela asiņošana. Siekalas var iekrāsoties rozā krāsā. Visbiežāk pēc dažām stundām asiņošana apstājas.

Iespējama arī deguna asiņošana.

Ja mājās asiņošana turpinās – sarullēt marles tamponu, uzlikt uz brūces, sakost un paturēt 30 minūtes. No ārpusē pielikt aukstuma kompresi.

TŪSKA.

2 – 3 dienā pēc operācijas var būt sejas tūska. Tā var būt tikpat kā nemanāma, bet var būt arī stipri izteikta. Dažreiz uz vaiga vai zem acs var parādīties zilums.

Ja vairākas dienas pēc operācijas pasliktinās vispārējais veselības stāvoklis – jūtams vispārējs vājums, ceļas temperatūra, galva, īpaši pie noliekšanās uz priekšu, kļūst “smaga”, ja no deguna sāk nākt izdalījumi ar nepatīkamu smaku, zvaniet uz klīnikas reģistratūru + 371 29456701, un jūs pieņems vistuvākajā iespējamā laikā.

PIRMAJĀS DIENĀS

FIZISKĀ SLODZE.

Nav ieteicams fizisks darbs, lielākoties ieteicams uzturēties sēdus pozīcijā. Guļus stāvoklī svarīgi galvu turēt pēc iespējas augstāk, tādēļ ieteicams lietot divus spilvenus. Gulēt uz neoperēto pusi.

UZTURS.

Pirmajā dienā pēc operācijas nedrīkst skalot muti un lietot karstus ēdienus vai dzērienus. Nav ieteicams dzert caur salmiņu. Ieteicams ēst mēreni siltu, mīkstu konsistences ēdienu.

AIZLIEGTS.

Aizliegts smēķēt, stipri šņaukt degunu un aizturēt vai apspiest šķaudīšanu. Šķaudīt ar atvērtu muti.

TŪSKA.

Lai mazinātu tūska, vislabāk uz 20 minūtēm pielikt pie vaiga divi ietīti maisiņi ar ledu. 20 minūtes ieturēt pauzi un atkal paturēt ledu uz 20 minūtēm. Šo procedūru atkārtot līdz pat vakaram.

DEGUNA PILIENI.

Pirms gulētiešanas ieteicams lietot deguna pilienus. Tos jālieto jau no pirmās operācijas dienas 3 – 4 reizes dienā 5 dienas.

ANTIBIOTIKAS.

Nozīmēto devu lietot tieši tā, kā izrakstīts receptē.

ZĀLES PRET SĀPĒM UN IEKAISUMU.

Sāpju noņemšanai var lietot jebkuru pretsāpju medikamentu, kuru ir izrakstījis ārsts. Zāles lietot 2 – 3 reizes dienā 2 – 5 dienas pēc nepieciešamības. Visas iepriekš lietotās zāles lietot kā parasti.

PIRMAJĀ NEDĒĻĀ

MUTES DOBUMA HIGIĒNA.

Nākošajā dienā pēc operācijas atsākt tīrīt zobus 3 reizes dienā ar zobu pastu, pēc tam muti izskalot ar 0.2% hlorheksidīna šķīdumu.

DEGUNS.

Pirmajās dienās pēc “Sinus lift” operācijas iespējama deguna asiņošana. Deguna dobuma gļotādas tūskas dēļ var būt apgrūtināta elpošana caur degunu. Obligāti jālieto ārsta nozīmētie deguna pilieni, tomēr ne ilgāk par 4 – 5 dienām, lai neizprovocētu iesnas. 2 nedēļas pēc operācijas nedrīkst šņaukāties. Šķaudīt ar atvērtu muti. Svarīgi izsargāties no apaukstēšanās.

FIZISKĀ SLODZE.

Pirmajā nedēļā pēc operācijas nav ieteicamas sporta nodarbības, atrasties saliektā pozā, iet karstā dušā vai pirtī. Nav ieteicams uzturēties stipri putekļainās telpās. Aizliegts nodarboties ar niršanu. Ja iespējams, izvairīties no pārlidojumiem.

UZTURS.

Pirmajā nedēļā, lai netraumētu pēcoperācijas brūci, ieteicams viegls, mēreni silts ēdiens.

DIEGI.

Diegi tiek izņemti 7. – 14. dienā pēc operācijas.

SMĒĶĒŠANA UN ALKOHOLS.

Smēķēšana var negatīvi ietekmēt pēcoperācijas brūces dzīšanu un kaula iesaigšanu. Rekomendējam 2 nedēļas pēc operācijas atturēties no smēķēšanas. Alkoholu nelietot 7 dienas pēc operācijas.

PIRMAJĀ MĒNESĪ

UZTURS.

No otrās nedēļas, kad izņemti diegi, ēst var jebkādas konsistences pārtiku.

DEGUNA PILIENI.

No otrās nedēļas nav nepieciešamības lietot deguna pilienus.

MUTES DOBUMA HIGIĒNA.

Mutes dobuma higiēna tiek veikta kā parasti, hlorheksidīnu aizstājot ar parastu ūdeni vai jebkuru mutes skalojamo līdzekli.

FIZISKĀS AKTIVITĀTES.

Nebūtu vēlams noliekties 2 nedēļas pēc operācijas. No trešās nedēļas var atsākt visa veida sporta nodarbības. Nirt un lidot var atsākt vienu mēnesi pēc operācijas.