



مرکز آموزشی درمانی شفا

## عنوان سند: مراقبت‌های پس از جراحی آندوسکوپیک بینی و سینوس

کد سند: NO-BK-۴۹۲



تهیه و تنظیم: واحد آموزش سلامت مرکز آموزشی  
درمانی شفا

## جراحی آندوسکوپیک بینی و سینوس چیست؟

این جراحی برای درمان بیماری‌های مزمن سینوس، پولیپ بینی و برخی اختلالات دیگر سینوس‌ها انجام می‌شود. بهبودی کامل مخاط بینی و سینوس‌ها ممکن است چند هفته تا چند ماه زمان ببرد؛ بنابراین رعایت دقیق توصیه‌های پزشک اهمیت زیادی دارد.

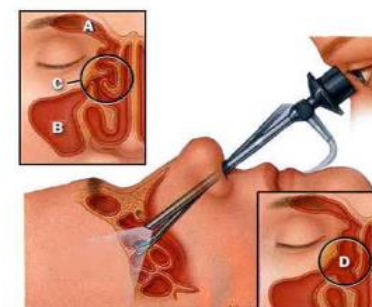
### مراقبت‌های پس از عمل

- در ۲۴ ساعت اول استراحت کافی داشته باشید و هنگام برخاستن به آرامی عمل کنید.
- هنگام استراحت و خواب، سر را بالاتر از سطح بدن قرار دهید.
- داروهای تجویز شده را طبق دستور پزشک مصرف کنید.

- در صورت درد بعد از جراحی از استامینوفن استفاده کنید و از داروهای نظیر آسپرین پروفن ناپروکسن و داروهای ضد انعقادی خودداری کنید
- مایعات کافی بنوشید و از رژیم غذایی حاوی میوه، سبزیجات و فیبر استفاده کنید تا از یبوست و زور زدن جلوگیری شود.

- شستشوی بینی با سرم نمکی را طبق دستور پزشک به طور منظم انجام دهید (روزی سه بار هر حفره بینی ۳۰ سی سی سرم و با سرنگ ۱۰ سی سی انجام شود)
- مراجعات پس از عمل را در زمان تعیین شده فراموش نکنید.

### آندوسکوپی سینوس و بینی





### علائم هشدار

- در صورت مشاهده هر یک از موارد زیر فوراً به پزشک یا اورژانس مراجعه کنید:
- خونریزی شدید یا مداوم از بینی
- تب بالاتر از ۳۸ درجه سانتی گراد
- درد شدید یا رو به افزایش
- تورم شدید اطراف چشم
- دوبینی، کاهش بینایی یا تغییرات بینایی
- نشت مایع شفاف و آبکی مداوم از بینی
- سردرد شدید همراه با سفتی گردن
- تنگی نفس یا بدتر شدن ناگهانی وضعیت عمومی

### علائم طبیعی پس از عمل

- گرفتگی بینی در هفته‌های اول
- خروج ترشحات خونی یا خونابه‌ای خفیف
- کاهش موقت حس بویایی
- احساس فشار خفیف در بینی یا صورت

### نکته مهم

در بیماران مبتلا به پولیپ بینی، ممکن است برای پیشگیری از عود بیماری، مصرف طولانی‌مدت برخی داروها مانند اسپری‌های کورتیکواستروئیدی طبق نظر پزشک ضروری باشد. از قطع یا شروع خودسرانه داروها خودداری کنید.

### مواردی که باید از آن‌ها پرهیز کنید

- حداقل تا یک هفته یا طبق دستور پزشک از فین کردن خودداری کنید.
- از بلند کردن اجسام سنگین و فعالیت‌های شدید بدنی تا دو هفته خودداری کنید.
- از ورزش‌های سنگین تا ۴ تا ۶ هفته پرهیز نمایید.
- از شنا و شیرجه حداقل تا ۶ هفته خودداری کنید.
- از ضربه به بینی به مدت ۴ هفته جلوگیری نمایید.
- از مصرف سیگار، قلیان و سایر دخانیات پرهیز کنید.
- در صورت عطسه یا سرفه، دهان خود را باز نگه دارید.
- از وارد کردن دستمال کاغذی یا پارچه‌ای به داخل بینی خودداری کنید به جای اینکه مرتباً بینی را با دستمال پاک کنید بالش‌تک جاذب رطوبت بر (drop pad) زیر بینی خود بگذارید