

הדרכה לאחר ניתוח פנים צוואר ו/או עפעפיים

מנוחה ושינה יש להקפיד על מנוחה שבוע עד שבועיים על פי סוג הניתוח. אסור לשכב במיטה כל היום, אולם יש להימנע מפעילות הדורשת מאמץ, הרמת משאות כבדים או עיסוק בעבודות בית. לשכב על הגב עם מראשות גבוהים (כך שפלג הגוף העליון מורם). יש להקפיד על פזיוטרפיה נשימתית והפעלת כתפיים, רק לאחר אישור של ד"ר טליסמן – עד לאישור לא לבצע תנועות חדות עם הכתפיים. כל כיפוף יש לבצע שהראש נמצא מעל גובה הכתפיים בצורת סקוואט, יש לבצע הכול במתינות ובהדרגה.

נפיחות לאחר הניתוח מופיעה נפיחות. הנפיחות תגבר בשלושת הימים הראשונים ולאחר מכן יורדת בהדרגה. כמו - כן, עשויים להופיע סימנים כחולים באזור הניתוח ובסמוך לו. הנפיחות והסימנים ייעלמו בהדרגה, מרביתם בתוך עשרה ימים עד שבועיים והשארת בתוך 3-6 חודשים. שכיבה מוגבהת, ופעילות גופנית לאחר כשבועיים תחיש את העלמות הנפיחות והבצקות. לגבי עיסוי יש להתייעץ עם דר' טליסמן.

כאב השבוע הראשון לאחר הניתוח מלווה בכאבים ברמה קלה עד בינונית. ניתן ליטול משכך כאבים כמו: אקמול, אופטלגין או אלגולזין ו/או כל המלצה אחרת של הרופא. בניתוחי צוואר תחושת מחנק טבעית לחלוטין וחולפת מעצמה. אם יש כאב חד שמופיע, במיוחד בצד אחד ובמיוחד באם מלווה בנפיחות יש לידע את ד"ר טליסמן ללא דיחוי באמצעות מסרון 050-2014545.

רחצה ניתן בדרך כלל להתקלח/להתרחץ יממה לאחר הניתוח, רצוי עם מים לא חמים מידי ובעדינות עם אל סבון. לנגב עם מגבת עדינה בעדינות ללא תנועות גסות.

תזונה שבוע לאחר הניתוח מומלץ לאכול אוכל קל ורך לעיכול, לאחר מכן ניתן לעבור לכלכלה רגילה, עם זאת יש לשמור על תזונה מאוזנת אשר תסייע להחלמה. יש להקפיד על שתיה מרובה (1.5 – 2 ליטר ליום).

יציאות לעיתים תכופות, ההרדמה והכדורים לשיכור כאבים עלולים לגרום לעצירות. התייעצי עם ד"ר טליסמן לגבי פתרון הבעיה במיוחד באם ידוע על בעיה מסוג זה ללא קשר לפעולה הניתוחית.

שינה ראש מורם כל הזמן, במידה וקשה להירדם בתנוחה זו מומלץ בשבועיים הראשונים לאחר הניתוח לקחת לוריון 1 מ"ג חצי שעה לפני השינה.

חום עשוי להופיע חום עד 38 מעלות בשלושת הימים הראשון לאחר הניתוח. זוהי תגובה טבעית של הגוף ולא עדות לזיהום. במידה ומופיע חום מעל 38 מעלות, או שהחום נמשך זמן ממושך יותר, או שהחום מלווה בחולשה ניכרת או בצמרמורות יש לידע את הרופא.

ביקורת תקבע טלפונית על פי המקובל בדרך כלל שבוע לאחר הניתוח.

תחושה בדרך כלל יש ירידה בתחושה עד כדי חוסר תחושה, זה נורמלי לחלוטין. שינויים אלה טבעיים ומשתנים עם הזמן כפי שהוסבר לך טרם הניתוח.

חשיפה לשמש מומלץ להימנע לפחות 6 שבועות לאחר הניתוח.

בכל מקרה של שאלה, בעיה, חום מעל 38.5 מעלות או כאבים חזקים יש לפנות לדר' טליסמן 050-2014545 או מי מטעמו.