



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی خراسان شمالی

مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی امام حسن (ع) شهرستان بجنورد

راهنمای خود مراقبتی

شکستگی های بینی



تهیه و تنظیم :

لاله زار حسین زاده

(کارشناس مسئول سلامت همگانی)

پاییز ۱۳۹۶

* شستن صورت یا حمام کردن با آب ولرم به شمرطی که پانسمان روی بینی خیس نشود بلامانع است.
* در هفته های اول ورزشهای سنگین، را انجام ندهید.

* از برداشتن و جابه جایی گچ به طور خود سرانه پرهیز کنید. معمولا درد زیادی بعد از عمل وجود ندارد و گاهی به خاطر وجود تامپون در داخل بینی ممکن است درد خفیف در صورت و پیشانی احساس نمایید که با مسکن های ساده مانند استامینوفن قابل رفع است.

* طی چند هفته ی اول بعد از عمل و بعد از خارج نمودن تامپون یا مش بینی به علت جمع شدن ترشحات داخل بینی ، نفس کشیدن مشکل می شود که برای شستشوی بینی روزانه چند نوبت از محلول سرم نمکی نرمال سالین (سرم شستشو) استفاده کنید.

* پانسمان بینی خود را دستکاری نکنید.
* در صورت خونریزی از بینی و یا بلع مکرر (خونریزی ته حلق) به پزشک خود اطلاع دهید.
* در صورت تب حتما "پزشک خود را مطلع کنید.

سایت آموزش به بیمار:

www.nkums.ac.ir

بیمارستان امام حسن (ع) بجنورد ۰۵۸۳۱۵۱

مراقبت های بعد از عمل شکستگی های بینی :

* از همان ساعت های ابتدایی بعد از به هوش آمدن ، از راه دهان نفس بکشید در وضعیت نیمه نشسته استراحت کنید تا نیم تنه بالاتر از پاها باشد و ورم کمتری در صورت ایجاد شود.

* معمولا بعد از جا انداختن شکستگی بینی حدود یک هفته گچ یا اسپلنت برای محافظت ، روی بینی شما قرار داده می شود.

* می توانید با استفاده از مسواک نرم دندانهایتان را مسواک بزنید ، ولی لب رادستکاری نکنید.

* با دهان باز عطسه و سرفه کنید و از حرکات شدید صورت حین خنده و گریه پرهیز نمایید.

* تا ۲ هفته بعد از عمل از تخلیه ی ترشحات بینی با فشار خودداری کنید. مراقب باشید هیچ ضربه ای به بینی وارد نشود.

* برای شما هیچ محدودیت غذایی وجود ندارد فقط از مصرف غذاهایی که احتیاج به جویدن طولانی دارند و مواد خوارکی که می دانید به آنها حساسیت دارید ، خودداری کنید.

* گاهی تامپون بینی (رشته های نازک پانسمان نخی آغشته به پماد آنتی بیوتیک) برای ۲ تا ۷ روز داخل بینی شما قرار داده می شود تا مانع از خونریزی و جابجایی شود.

شکستگی های بینی :

معمولا" در اثر صدمات مستقیم ایجاد می شود و ممکن است باعث تغییر حالت تیغه میانی بینی ، استخوان فک بالا ، پارگی مخاط و یا خونریزی شود.

علائم :

- * درد
- * خونریزی بینی
- * تورم بینی
- * عدم توانایی در نفس کشیدن از بینی
- * بدشکلی و تغییر ظاهری بینی (گاهی)

تشخیصی :

فقط در ۴۰ الی ۵۰ درصد موارد در رادیوگرافی (عکس نیمرخ بینی) شکستگی قابل مشاهده است و در نیمی دیگر فقط معاینه کمک می کند.

درمان :

- * در شکستگی ساده اقدام اولیه ای که لازم است انجام شود، کمپرس سرد با کیسه ی یخ است زیرا خونریزی و تورم را محدود می کند.
- * در صورت نداشتن تورم می تواند ۲ الی ۳ ساعت بعد از ضربه جاندازی شکستگی بینی انجام گیرد.
- * در صورت بروز تورم ۲ الی ۳ روز بعد با کاهش تورم و معاینه مجدد جاندازی انجام می شود و در صورت عدم مراجعه قبل از حدود ۱۰ روز شکستگی جوش می خورد.
- * بهتر است قبل از حدود ۶ الی ۱۰ روز شکستگی جاندازی شود.

(۱)

*بهترین زمان جاندازی در کودکان ۵ - ۳ روز حداکثر ۵ تا ۷ روز و بزرگسالان ۷- ۵ روز و حداکثر تا ۱۰ روز می باشد.

بنابراین اگر در ۱۰ روز اول جاندازی انجام نشود ، بینی شکسته در همان حالت جوش خورده و برای اصلاح بدشکلی و یا انسداد بینی نیاز به جراحی پلاستیک باشد که ۳ تا ۶ ماه پس از ضربه که تورم از بین رفته و استخوان ثابت شد قابل انجام است. جاندازی را می تواند در روزهای اول به طور سرپایی با بیحس کننده های موضعی ، یا به صورت بستری و در اتاق عمل با بیهوشی سبک انجام شود.

آموزشهای قبل از عمل :

- * بیمار از شب قبل از عمل غذای سبک استفاده نماید.
- * از نیمه شب ناشتا بماند.
- * در مورد آقایان ، اگر سیبل بلند دارید کوتاه کنید.
- * در صورتیکه داروهای ضد انعقاد (مانند آسپرین و وارفاین) مصرف می کنید بهتر است داروی خود را طبق نظر پزشک معالج خود قطع کنید.
- * قبل از رفتن به اتاق عمل زیورآلات ، اجسام فلزی ، گیره ی سر ، لنز ، دندان مصنوعی و پروتزهای مصنوعی قابل حرکت را خارج کند.
- * معمولا جاندازی از درون بینی (جا انداختن بسته) انجام می شود ، لذا هیچ برش و بخیه ای بر روی بینی شما وجود نخواهد داشت.
- * معمولا روز عمل و یا فردای آن روز مرخص می شوید.

(۲)

مراقبت های بعد از عمل :

* معمولا روز عمل را نباید چیزی بخورید ، از زمانیکه به شما اجازه داده شد ، رژیم مایعات (آب ، چای و آب کمپوت) بنوشید.

* در صورت تحمل و صلاحدید پزشک ، کم کم غذاهای نرم برای شما آغاز خواهد شد.

نکته : بعضی مواقع ممکن است ضربه وارده آنقدر نباشد که باعث شکستگی شود اما باعث تجمع خون زیر تیغه بینی گردد. این امر باعث انسداد در یک یا دو طرف بینی می شود. اگر به این مشکل توجهی نشود باعث از بین رفتن غضروف تیغه بینی می گردد و در نتیجه شکل ظاهری بینی ، اصطلاحا زین اسبی می شود. لذا چنانچه بعد از وارد آمدن ضربه به بینی شما، تنفس از یک یا هر دو سوراخ برای شما مشکل شد حتما به طور اورژانس به مراکز درمانی مراجعه نمایید.

(۳)