

SINUSO PAKĖLIMAS – KĄ SVARBU ŽINOTI PO PROCEDŪROS?

Pirmoji diena

Po sinusų pakėlimo operacijos per pirmąją parą gali pasireikšti nestiprus kraujavimas – jis dažniausiai praeina savaime po kelių valandų.

Šiuo laikotarpiu svarbu neskalausti burnos, nevartoti karšto ar kieto maisto ir gėrimų, nerūkyti.

Venkite fizinio aktyvumo – rekomenduojama ilsėtis, laikyti galvą aukščiau nei kūną. Negalima stipriai pūsti nosies, traukti jos turinio, taip pat reikėtų sulaikyti čiaudulį. Vaistus vartokite tik taip, kaip nurodė gydytojas.

Pirmoji savaitė

Antrą arba trečią dieną po operacijos gali prasidėti tinimas – jį padės sumažinti ledo kompresai, laikomi prie žando po 20 minučių su tokiomis pačiomis pertraukomis iki vakaro. Prieš miegą rekomenduojama įlašinti nosies vaistų ir miegoti ant priešingos pusės. Kelias dienas iš nosies gali pasirodyti kraujas (palenkus galvą į priekį), jaustis užgulimas – 4–5 dienas naudokite gydytojo paskirtus nosies lašus.

Mažiausiai dvi savaites negalima pūsti nosies – geriau naudoti lašius ir ją švelniai patraukti. Venkite peršalimo. Čiaudėkite plačiai pravėrę burną.

Svarbu atsisakyti fizinio darbo, ypač pasilenkus, nardymo, kelionių lėktuvu, buvimo dulkėtose patalpose.

Rekomenduojama valgyti minkštą maistą, bent savaitę nevartoti alkoholio, bent dvi savaites nerūkyti.

Dantis valykite tris kartus per dieną naudodami minkštą šepetėlį, dantų pastą ir 0,2 % chlorheksidino tirpalą.

Pirmasis mėnuo

Antros savaitės pradžioje paprastai išimami siūlai. Tuo metu jau nebereikia vartoti vaistų, galima grįžti prie įvairaus maisto, įprastos burnos higienos, chlorheksidino pakeičiant paprastu vandeniu.

Visgi fizinio darbo pasilenkus, nardymo dar reikėtų vengti. Trečiosios savaitės metu galima grįžti prie treniruočių sausoje.

Jeigu po procedūros jaučiatės blogai ar pastebite neįprastus simptomus, nedelsdami kreipkitės į mūsų odontologijos kliniką.

