



# SAMS

## تعليمات ما بعد جراحة الفك التقيومية

### النزيف

وجود كمية من النزيف أمر متوقع بعد الجراحة و خاصة في الأسبوع الأول بعد جراحة الفك والوجه النزيف من المفترض أن لا يكون غزير ومن المتوقع أن يتوقف خلال دقائق من الابتداء .  
في عمليات الجراحة للفك العلوي من المتوقع أن يحدث نزيف من الأنف في الأسبوع الأول لذلك يجب على المريض أن لا يستنشق أو ينفخ ما في الأنف لمدة أسبوعين .  
يجب على المريض عدم المضمضة والبصق إلا بعد مرور ( ٢٤ ساعة ) من إجراء العملية  
يجب أبعاد اللسان عن منطقة الجراحة لتفادي الالتهابات والحفاظ على تجلط الدم قدر الإمكان  
- من الطبيعي ظهور الكدمات حول منطقة الجراحة وقد تستمر لمدة من أسابيع وقد تمتد لمنطقة الرقبة و الصدر.

### الأدوية

في حال وجود ألم معتدل أخذ جرعة من المسكن الموصوف لك كل ٣-٤ ساعات . اسأل طبيبك ان كان البروفين لا يناسبك.  
في حال وجود ألم شديد ينصح الالتزام بتناول الأدوية التي وصفها لك الطبيب في الأوقات الصحيحة مع مراعاة عدم تجاوز الجرعات التي تم وصفها .  
تناول الأدوية بعد تناول الطعام يساعد على التقليل من حدوث الغثيان و أعراض جانبية أخرى.  
استخدام كمادات ثلج على جانب المنطقة في أول ٤٨ ساعة بعد الجراحة يساعد في تخفيف الشعور بالألم.  
يجب اخذ المضاد الحيوي حسب إرشادات الطبيب وعدم التوقف عن تناوله إلا بعد استشارات الطبيب .  
(خاص بالنساء) يرجى العلم أن بعض المضادات الحيوية قد تتعارض مع بعض أدوية منع الحمل ، يرجى مراجعة الطبيب اذا تم وصف دواء مضاد للاحتقان يجب استكمال الجرعة كما وصفت.

### التغذية

غالبًا ما يشعر المريض بحدوث خدر في الشفة العلوية والسفلية من الفك وقد يجد المريض صعوبة في الاكل والشرب بسبب الخدر والتورم والألم وهذا أمر طبيعي و لا يستدعي القلق.  
ممنوع: استخدام عود الشراب، البصق ، التدخين ، تناول المشروبات الغازية إلا بعد مرور ٣ أسابيع من إجراء العملية.  
الأطعمة الممنوعة: الأطعمة الصلبة ، الحادة، اللزجة، والتي تتكون من حبيبات صغيرة مثل ( الحب، الشبس، الفواكه الصلبة ، والمكسرات )  
استخدام محقنة التغذية المتصل بأنبوب مطاط قد يساعد علي تناول الطعام بسهولة.  
استخدم كأس لتناول السوائل (لا تستخدم عود الشراب)، اذا وجدت صعوبة في ذلك حاول ان تستخدم المرآة الموجودة أعلي مغسلة الحمام لتسهيل الأمر و تقليل سكب السوائل  
يجب تناول السوائل (الماء، العصائر الطبيعية، والحليب) بكميات كبيرة بعد الجراحة  
قد تواجه صعوبة في تناول كمية كافية من الطعام في ثلاث وجبات و خاصة في الأيام الأولى بعد الجراحة، لذلك ينصح بزيادة عدد الوجبات إلى ٥ أو ٦ وجبات صغيرة في اليوم .  
يجب أن تتناول السوائل و الأطعمة المهروسة لأول ٤ أسابيع  
بعد الجراحة (مثل الحساء، أكل الاطفال ، الروب، الاكل المطحون والمهروس).  
بعد مرور ال ٤ أسابيع الأولى من الجراحة يمكنك إضافة بعض الأطعمة التي تحتاجالي مضغ بسيط (البطاط المهروس ، المعكرونة المقطعة، بيض مخفوق، الرز ) .



# SAMS

## التورم

وجود تورمات بعد الجراحة شيء طبيعي ، يزيد التورم في اليوم الثاني والثالث بعد العملية .  
التورم في عضلات الوجه و الفك قد يسبب صعوبة في فتح الفم لعدة أيام  
يمكن تخفيف التورم عن طريق الاستخدام الفوري لكمادات الثلج في أول ٤٨ ساعة بعد الجراحة.  
طريقة استخدام الكمادات كالاتي: توضع الكمادات على الفك ٢٠ دقيقة  
ثم يترك الفك ليرتاح لمدة ٢٠ دقيقة ، و تكرر العملية حسب الإحتياج لمدة ال ٤٨ ساعة الأولى.  
بعد مرور أول ٤٨ ساعة من الجراحة يجب التوقف عن استخدام الكمادات الباردة واستبدالها بكمادات دافئة  
(من الممكن استخدام منشفة مبللة أو أرز غير مطهي يتم وضعه في جوراب و تسخينه في الميكرويف)  
يجب مراعاة التسخين الى درجة حرارة مناسبة و فحصها على اليد قبل وضعها على الوجه لتجنب حدوث حروق  
ننصح باستخدام ٣ وسائد لرفع الرأس أثناء النوم و لمدة أسبوعين بعد الجراحة وذلك يساعد على فتح الجيوب الأنفية والحد من  
التورم . - ننصح باستخدام ٢

## المحافظة على نظافة الفم

من الضروري المحافظة على نظافة مكان الجراحة لتفادي التهاب الجروح، أستخدم فرشاه أسنان  
أطفال ناعمة لتنظيف الأسنان وأسلاك جهاز التقويم بعد كل وجبة وعلى الأقل ٣ مرات يوميا.  
قم بتحضير غسول مضمضة للفم عن طريق (إضافة نصف ملعقة من الملح الى كوب من الماء ) و استخدمه للمضمضة ٣  
مرات يوميا  
مع مراعاة المضمضة بلطف.  
في بعض الحالات قد يصف لك الطبيب غسول مخصص للفم .  
أستخدمه حسب تعليمات الطبيب ولا تستخدم أي غسول آخر إلا بعد استشارة الطبيب المعالج  
من المستحسن استخدام مرطب الشفاه مثل الفازلين للمحافظة على رطوبة الشفاه.  
قد يطلب منك الطبيب استخدام الأقراص المطاطية (الإلاستيك) ، ويمكنك ازالة الإلاستيك أثناء الأكل وتنظيف الفم ومن اللازم  
اعادة تركيب الإلاستيك حسب إرشادات الطبيب  
يجب التنظيف حول مكان الغرز الجلدية (على سطح الجلد و ليس داخل الفم) مرتين باليوم  
/ باستخدام محلول مستحضر ( ٥٠٥٠ ) ماء و بروكسايد وباستخدام قطعة من القطن.  
سوف يقوم الطبيب بإزالة جميع الضمادات الموجودة في الزيارة المحددة ما بعد الجراحة.

## النشاط

يجب عدم ممارسة الرياضة العنيفة وحمل الأشياء الثقيلة إلا بعد مرور ٣ أسابيع من الجراحة .  
ينصح بممارسة رياضة المشي المعتدل في ال ٣ أسابيع الأولى بعد الجراحة.  
يمكنك ممارسة العمل الخفيف والأعمال المنزلية الخفيفة خلال الأسبوع الأول بعد الجراحة  
العودة الى ممارسة النشاطات الاعتيادية يساعد على تعجيل الشفاء.  
تجنب الرياضة التي قد يكون من المحتمل فيها التصادم و استخدام الكرة لمدة ٣ أشهر  
تذكر أن الفك يحتاج من ( ٨ إلى ١٢ أسبوع ) للشفاء فكن حذر في هذه الفترة  
الشفاء التام يستغرق وقت وقد تختلف مدة الشفاء بين شخص و آخر  
فيجب عليك التحلي بالصبر والإرادة والالتزام بتعليمات الطبيب للتقليل من فترة الشفاء .

إذا شعرت بالحاجة للتواصل مع الجراح لحالة اضطرارية

**For questions regarding your surgery only please contact**

**[Dr.Joseph.Krajekian DMD, MD, FAAOMS, DABOMS](mailto:Dr.Joseph.Krajekian@SAMS-USA.net)**

**Email: [jkrajekian@sams-usa.net](mailto:jkrajekian@sams-usa.net) Whatsapp :+1(440) 520-0717**

**All other questions, contact Local SAMS office.**



## Post Op Instructions for orthognathic surgeries

### Bleeding

- Bleeding is expected after oral and facial surgery for the first week.
- This should not be heavy and will stop within minutes of starting.
- With upper jaw surgery, you may experience blood from the nose for the first week.
- DO NOT blow your nose for 2 weeks.
- DO NOT rinse or spit for 24 hours after surgery.
- Try to keep your tongue away from the surgical area to prevent bleeding.
- Bruising is normal after jaw surgery and will usually last for 2-3 weeks.
- It may even extend down into the upper chest area.

### Medications

- For mild discomfort take Ibuprofen (400 mg) every 3-4 hours.  
If you cannot take Ibuprofen ask your doctor for alternatives.
- For severe pain take the prescribed medications as directed.  
A full stomach stops nausea related to prescription medications.
- Please finish all antibiotics as directed.
- Women please note: Some antibiotics may interfere with the effectiveness of birth control pills. Please check with your physician.
- If a nasal spray was prescribed, complete the prescription as directed.

### Diet

- There is some temporary numbness (loss of feeling) in the upper and/or lower lips. Numbness, facial swelling and soreness can make eating and drinking difficult.
- No straws, spitting, smoking, or carbonated beverages for 3 weeks after surgery.
- No hard foods such as popcorn, chips, seeds or nuts.
- Use a feeding syringe with a tube attached to make it easy for you to get something in your stomach.
- Use a cup to drink (no straws). If you have difficulty with this, try doing it in front of the bathroom mirror over the sink. You will find this gets easier each time you drink.
- Drinking plenty of fluids is important after surgery. This can consist of fruit juices, milk or water.
- At the beginning it will be difficult to eat normal amounts of food in only three meals per day.
- Try to eat five to six small meals per day.
- For the first 4 weeks, your diet will be non-chewing. This can be blended food or soft foods that don't require chewing. This can include creamy soups, milkshakes, baby food, yogurt, pudding, or any blended food.
- After the first 4 weeks, you can gradually add foods that require minimal chewing. Foods like mashed potatoes, pasta cut into small pieces, scrambled eggs, pancakes and rice.

## Hygiene

- Brush your teeth and wires after each meal, at least 3 times a day. Cleaning your teeth is very important. It is very important to keep the surgical sites clean to prevent infection. Use a soft baby toothbrush to clean all areas in the mouth.
- Rinse mouth gently with a solution of one-half teaspoon salt dissolved in a glass of warm water 3 times a day. Occasionally, a prescription mouthwash is given. Use as directed.
- DO NOT use regular mouthwashes.
- It is a good idea to keep your lips moist by using a Vaseline.
- You may be asked to use elastics. Elastics may be removed while eating and for cleaning and then replaced as directed by your surgeon.
- Clean around skin stitches using a 50/50 solution of water and peroxide with a cotton swab. Do this twice a day.
- Your surgeon will remove all bandages that have been placed at your post-operative visit.

## Swelling

- Swelling is a normal response to any surgery. Swelling is large on the second or third postoperative day. Trismus (swelling) of the muscles may cause difficulty in opening your mouth for a few days.
- Use ice packs for the first 48 hours; apply ice 20 minutes on the face and 20 minutes off to stop swelling.
- After the first 48 hours, stop ice packs and begin warm compresses. A moist washcloth, hot water bottle, or uncooked rice in a sock may be warmed in the microwave.
- Be sure to touch test it before to avoid burning yourself. Keep your head elevated for 2 weeks after surgery. This will help your sinuses drain and minimize swelling.

## Activity

- No strenuous activity or heavy lifting for 3 weeks after surgery.
- Limit exercise to walking for the first 3 weeks. Walking is encouraged.
- You may return to light housework or daily activities during the first week. Slowly resuming your activities will help speed your recovery and should make you feel better.
- No contact sports or sports involving a ball for 12 weeks. Remember your jaws are not fully healed for 8-12 weeks. Be careful.
- Remember, postsurgical progress is sometimes uncomfortable and may occur slowly. With some determination and attention to these instructions, you will find that your postoperative recovery will occur faster.

**For question regarding your surgery only please contact**

**[Dr Joseph Krajekian DMD, MD, FAAOMS, DABOMS](#)**

**Email: [jkrajekian@sams-usa.net](mailto:jkrajekian@sams-usa.net) Whatsapp :+1(440) 520-0717**

**All other questions, contact Local SAMS office.**