



הוראות לאחר הרמת סינוס פתוחה

1. ביום הטיפול יש להקפיד על קירור אזור הניתוח ע"י קרח למשך 20 דקות בכל פעם
 2. ביום הטיפול יש לאכול אוכל רך וקר בלבד
 3. חל איסור על אכילה או שתיה של דברים חמים/ שתית אלכוהול / עישון ויריקה **במשך ה-24 שעות** הראשונות..
על מנת לשפר את הסיכוי להצלחת הטיפול מומלץ להמנע לחלוטין מעישון במשך השבועיים שלאחר הטיפול
 4. רצוי שלא לקנח את האף למשך חודש ימים. קינוח של האף יוצר לחץ חזק מאוד בחלל ובמערות האף ועלול לפגוע ברירית הסינוס העדינה. במידה וקיים גודש אף יש לנגבו בעדינות ללא הפעלת לחץ במידה ומתעטשים יש לעשות זאת עם פה פתוח ללא חסימה של הנחיריים או של הפה.
 5. אין לבצע פעולות שעלולות להעלות את הלחץ בסינוס למשך כחודש כגון: שתייה עם קשית, ניפוח בלוני וניגון בכלי נשיפה. העלייה בלחץ האוויר בחלל ומערות האף בעת ביצוע פעולות אלו עלול לפגוע ברירית הסינוס העדינה שנפגעה בזמן הניתוח.
 6. מומלץ לא לכופף את הראש אלא לכופף את הברכיים בלבד
 7. אין לנסוע למקומות גבוהים / נמוכים בהם יש הפרשי לחצים
 8. אין לטוס או לצלול במשך חודש
 9. יש להימנע מפעילות גופנית למשך שבוע
 10. בימים הראשונים רצוי לישון בראש מורם בזווית של מעל ל-45 מעלות.
- * החל ממספר שעות לאחר הניתוח ועד למספר ימים לאחר הטיפול תתכן תפיחות בלחי ומתחת לעפעף התחתון בצד המטופל. לעיתים מלווה התפיחות בשטף דם כחול, לרוב מדובר בבצקת שמופיעה מיד לאחר הניתוח וגדלה בהדרגה עד שמגיעה לשיאה כשלושה ימים לאחר הניתוח. התפיחות ושטף הדם עוברים מעצמם לאחר מספר ימים עד שבוע. בכל מקרה של הופעת תפיחות המלווה בעלייה בחום הגוף חובה ליצור קשר עם הרופא המטפל!
- * יש להגיע להורדת תפרים שבועיים לאחר הטיפול