

CẨM NANG

CHO KHÁCH TIỂU PHẪU CĂNG CHỈ

1. CÁCH CHĂM SÓC SAU TIỂU PHẪU CĂNG CHỈ:

- Không gãi, va chạm hoặc đè vào khu vực mới tiểu phẫu vì có thể gây chảy máu, tụ máu.
- Tránh các tư thế gây áp lực lên vùng mặt như cúi đầu thấp, nằm dốc đầu, tránh kích thích gây nôn mửa, rặn...
- Sử dụng thuốc kháng sinh, giảm đau, chống phù nề, thuốc chống sẹo... theo chỉ định của bác sĩ.
- Thay băng trong vòng 24 giờ sau tiểu phẫu (nếu có) và nghỉ ngơi, làm việc khoa học trong vòng từ 5 - 10 ngày sau tiểu phẫu.
- Chườm lạnh trong 2 ngày đầu. Lưu ý kiểm tra nhiệt độ túi chườm bằng tay, lót một lớp gạc sạch ngăn cách túi chườm với bề mặt da, tránh gây bỏng nhiệt.
- Từ ngày thứ 4 trở đi thì chườm ấm để giảm sưng và thâm tím.
- Súc miệng 2 giờ/lần với dung dịch pha sẵn (Beta-dine, Eludril...).
- Trong vòng 5 - 7 ngày, tránh ăn các thức ăn cứng. Nên ăn đồ mềm như cháo (chỉ nên ăn cháo gạo tẻ, không ăn cháo gạo nếp), súp, thực phẩm xay nhuyễn.
- Không ăn thực phẩm gây sẹo lồi như rau muống; không ăn các loại thực phẩm dễ gây ngứa, mưng mủ

như thịt gà, hải sản, đồ nếp, đồ tanh...; kiêng các thực phẩm ảnh hưởng tới sắc tố da như trứng, thịt bò; kiêng ăn đồ cay nóng; không sử dụng chất kích thích (bia, rượu, thuốc lá, cà phê...) vì những thực phẩm này khiến quá trình hồi phục vết thương kéo dài và tăng nguy cơ nhiễm trùng.

- Không đi xông hơi trong vòng 4 tuần sau tiểu phẫu vì việc này có thể gây ảnh hưởng đến quá trình hồi phục.

2. CÁC TRIỆU CHỨNG CÓ THỂ GẶP SAU TIỂU PHẪU CĂNG CHỈ:

- Đau: Thường là cảm giác đau nhẹ kèm theo da mặt căng giãn sau xâm lấn, do sự co kéo từ các nếp chỉ nâng cơ.

- Sưng nề, bầm tím: Tiểu phẫu căng da mặt bằng chỉ cũng không để lại tình trạng sưng nề đáng kể. Với các trường hợp da mặt lão hóa nhiều, trùng nhão kém săn chắc thì tình trạng sưng nề bầm tím có thể rõ rệt hơn và kéo dài hơn. Thông thường, sưng nề sẽ giảm dần trong tuần đầu tiên và trở lại hoàn toàn bình thường sau 3 - 6 tháng tùy theo cơ địa.

- Mặt mất cân đối tạm thời: Sưng nề khác nhau ở mỗi bên, do vậy có thể có tình trạng mất cân đối tạm thời vùng mặt sau tiểu phẫu căng da, tuy nhiên sẽ dần cải thiện sau vài tuần .