

مراقبت های بعد از عمل زیبایی بینی :

در ساعت های ابتدایی پس از جراحی خونریزی جزئی به صورت نشت خون از کنار پانسمان بینی امری طبیعی است و به هیچ وجه نگران کننده نیست. در این شرایط شما می توانید با دستمال کاغذی مرطوب صورت خود را تمیز کنید. گاهی در ساعات نخستین پس از به هوش آمدن، بیمار احساس گلو درد می کند که ممکن است بدلیل تاثیر بجامانده از بیهوشی باشد.

در ۲۴ ساعت نخست پس از عمل برای کاهش تورم دور چشم بهتر است روی چشم ها کیسه یخ بگذارید. ساده ترین راه تهیه یک جفت دستکش از لاتکس حاوی ۳-۴ قطعه یخ در هر کدام است. سپس باید دستکش ها را گره زده و روی چشم هایتان بگذارید. با آب شدن یخ ها باید همین عمل را تکرار کنید.

بهتر است در هنگام خوابیدن نیم تنه خود را بالاتر از پاها قرار دهید تا ورم کمتری در ناحیه صورت شما ایجاد شود. می توانید با گذاشتن بالش های در زیرتک شیبی حدود ۳۰ درجه ایجاد کنید. نشستن یا ایستادن در روز اول نه تنها مایه ندامت بلکه بهتر از دراز کشیدن است، زیرا وضعیت عمومی به کاهش ورم کمک می کند.



در هفته های اول پس از عمل باید از فعالیت های بدنی شدید، ورزش های رزمی و تماس جنسی اجتناب کنید. به ویژه از ورزش های رزمی یا ورزش هایی که با احتمال خوردن توپ به بینی همراه همراه هستند. باید زمان بیشتری را اجتناب کنید.

در صورت نیاز به پاک نمودن ترشحات بینی شما می توانید روزانه و در چند نوبت محلول سرم نمکی در بینی خود بریزید تا بی آنکه چسب ها خیس شوند، مقداری از ترشحات بینی نرم و خارج شود و به ملایمت با دستمال کاغذی یا پارچه ای تمیز خود را تمیز کنید. تا وقتی به شما گفته نشده است از فین کردن پرهیزید.

برای فردی که عمل جراحی بینی شده محدودیت غذایی به صورت مصرف غذاهای کم نمک وجود دارد و باید از خوردن غذاهایی که به جویدن طولان نیاز دارند مانند استیک، کباب برگ، ساندویچ و نظایر آنها در هفته های نخست پرهیزد. بهتر است طی روز های نخست پس از جراحی، گوشت و مواد مغذی دیگر را ابتدا در مخلوط کن نرم کنید تا به جویدن کمتری نیاز داشته باشد.

همچنین در این روزها باید از خوردن چای و قهوه داغ اجتناب کنید و نوشیدن مایعات کافی مانند آبمیوه و سوپ در رفع خشکی دهان به شما کمک می کند.

پس از جراحی بینی باید از مصرف دخانیات حداقل به مدت سه ماه پرهیز شود.

اسپلینت و چسب روی بینی تا حدود یک هفته پس از عمل باقی می ماند و در مطب برداشته می شود. به آن آسیب نزنید و آن را خشک نگه دارید.

دندان هایتان را با مسواک نرم و ملایم مسواک بزنید. برای حداقل ۱۴-۱۰ روز از مکالمه تلفنی طولانی یا فعالیت اجتماعی بیش از حد پرهیزد.

می توانید صورت خود را بشوئید ولی دقت نمایید که پانسمان خیس نشود. در صورت امکان، تا زمان برداشتن پانسمان برای استحمام از وان استفاده نمائید.

از لبخند زدن و عطسه کردن با دهان بسته و حرکات بیش از حد صورت به مدت یک هفته اجتناب کنید.

در صورت نیاز پانسمان بینی را (اگر وجود دارد) در زیر بینی تعویض کنید.

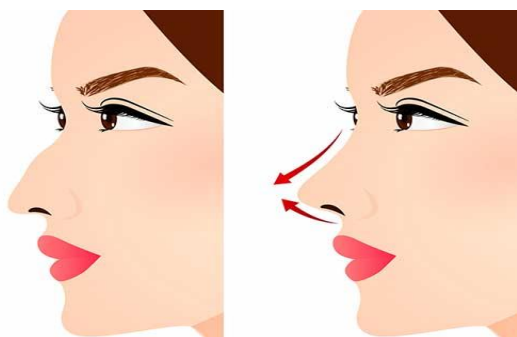
بیش از حد معمول به استراحت پردازید.

موی خود را به مدت یک هفته نشوئید مگر اینکه کسی این کار را برای شما انجام دهد. پانسمان بینی نباید خیس شود.

به مدت یک هفته لباس هایی بپوشید که از جلو یا عقب بسته شوند. از پوشیدن پولیور، تی شرت های تنگ و پیراهن یقه اسکی خودداری کنید.



رینوپلاستی



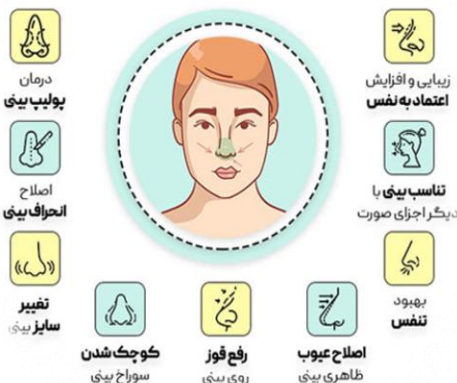
واحد آموزش به بیمار

پاییز ۱۴۰۳

زمانی که بانداژ برداشته شد می توانید از لوازم آرایشی استفاده کنید . برای پوشاندن تغییر رنگ روی پوست می توانید از مواد تجارتي که به این منظور ساخته شده اند استفاده کنید .

شک نکنید اگر در مورد نکته ایی که فکر می کنید مهم است و نگران هستید حتما با پزشک تماس بگیرید .

مزایای عمل بینی



از قرار گرفتن در معرض آفتاب یا لامپ های پر نور مطلقا پرهیز کنید . گرما می تواند باعث تورم شود .

برای یک ماه از شنا کردن بپرهیزد .

اگر پس از برداشتن پانسمان ، بینی ، چشم ها و لب فوقانی تورم و تغییر رنگ داده اد نگران نباشید :

این موارد معمولا در عرض دو یا سه هفته و در بعضی از بیماران ممکن است رفع کامل تورم به شش ماه زمان نیاز داشته باشند .

تنها داروهایی را که پزشک شما تجویز کرده مصرف نمایید .

برای حداقل چهار هفته از بکار بردن عینک طبی یا آفتابی که بر پل بینی فشار وارد می کنند اجتناب کنید .

لنز های تماسی را می توانید پس از دو یا سه روز بعد از عمل به کار برید .

پس از اینکه پزشک ، اسپلینت گچی روی بینی شما را برمیدارد ، پوست روی بینی را می توانید با صابون ملایم یا محلول وازلین تمیز کنید . اینکار را با ملایمت انجام دهید .