



جراحی زیبایی بینی (رینوپلاستی)

گروه هدف: بیمار و همراهیان



تاریخ تدوین: ۹۶/۱/۱۵

تاریخ بازنگری: ۹۷/۸/۱۵

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۰/۱/۱۵

شماره بازنگری: ۳

شماره سند: ۱۰p-pH

واحد آموزش به بیمار

بیمارستان و زایشگاه خیریه جوادالائمه (ع)

تا دو هفته پس از عمل، از آسپرین و بروفن (با ترکیبات حاوی آن ها) استفاده ننمایید.

از فعالیت شدید بدنی پرهیز کنید. بیش از حد معمول استراحت نمائید. از فعالیت های ورزشی و جنسی پرهیز کنید. راه رفتن سبک را می توانید ۳ روز بعد از عمل شروع نمائید ولی انجام ورزش های سنگین ۴ هفته بعد از عمل به تاخیر انداخته شوند.

حداقل به مدت ۱۰-۱۴ روز از مکالمه تلفنی طولانی مدت و فعالیت اجتماعی شدید پرهیز نمائید.

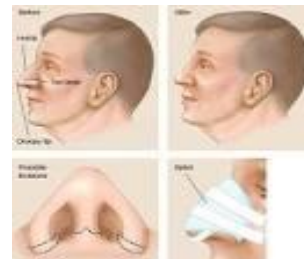
مدت ۱ ماه از شنا کردن پرهیزید.

بمدت ۶-۷ هفته از عینک طبی آفتابی استفاده ننمایید.

از لنزهای تماسی می توان ۲-۳ روز بعد از عمل استفاده نمود.

ویزیت های مرتب بعد از عمل، در ماه های بعد از جراحی لازم است تا روند بهبودی بررسی شود. اگر مشکلی وجود داشت حتما" در مورد آن با پزشکتان صحبت کنید.

از دست زدن (عادتی) به بینی خود جدا" اجتناب نمائید.



منبع: داخلی جراحی برونر ۲۰۱۵- مدلاین پلاس

قسمت هایی از صورت را که خارج از قسمتی است که چسب زده شده است را می توانید با پنبه مرطوب تمیز کنید ولی چسبها نباید خیس شوند.

موهای خود را در هفته اول نشویید مگر آن که کسی به شما در شستن آن از عقب کمک کند تا پانسمان بینی خیس نشود.

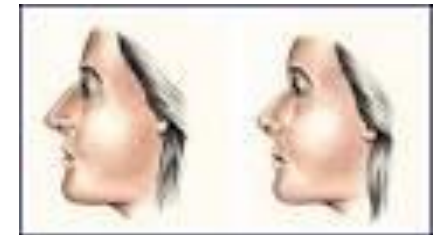
در هفته اول بعد از عمل، از لباس هایی که از عقب یا جلو باز می شوند، استفاده نمائید.

داروهای تجویز شده را به طور کامل و دقیق استفاده نمائید.

مرطوب کننده هوا و شستشوی بینی با سرم تا ۲ هفته توصیه می شود.

بعد از برداشتن قالب بینی توسط پزشک، می توان از مواد آرایشی استفاده کرد. مواد آرایشی شناخته شده ای را که قبلا" استفاده می کردید، به کار برید.

تا دو هفته پس از عمل فین نکنید، می توانید ترشحات را بالا بکشید تا وارد حلق شما شده و خارج شوند ولی نباید فین کنید.



هیچ وسیله ای را برای تمیز کردن بینی، داخل آن نکنید.

بهتر است از غذاهای سریع الهضم در ۲۴-۴۸ ساعت اول استفاده نمائید. غذاهایی که احتیاج به جویدن طولانی مدت دارند را در یک هفته اول پس از عمل استفاده ننمایید. محدودیت دیگری برای غذا ندارید.

از اعمالی که باعث حرکت شدید عضلات صورت می شوند، مانند گریه کردن، خندیدن و صحبت کردن زیاد در هفته اول پرهیز نمایید.

دندانها را به آرامی و با یک مسواک نرم، مسواک کنید. از دستکاری لب بالا (برای جلوگیری از حرکت بینی) پرهیزید.



آدرس:

مشهد - خیابان طبرسی - حد فاصل میدان و چهارراه
مقدم - بیمارستان و زایشگاه خیریه جوادالائمه (ع)

تلفن: ۰۵۱-۳۳۶۸۲۱۳۵-۷

نشانی سایت: www.jmhc.ir

زیر سر خود را بمدت ۴۸ ساعت بالاتر از حد معمول قرار دهید این عمل در کاهش تورم موثر است.
استفاده از یخ بر روی چشم ها و گونه در ۲۴-۴۸ ساعت اول در کاهش تورم و تغییر رنگ پوست موثر است.
با دهان باز عطسه کنید.

تا حد امکان در روزهای اول سر خود را به جلو خم نکنید. بیماران می توانند سر خود را به طرفین یا بالا حرکت دهند. بیمارانی که از ترس سر و گردن خود را سفت و بی حرکت نگه می دارند ممکن است دچار اسپاسم و گرفتگی عضلات گردن و سردرد شوند لذا بهتر است سر و گردن کاملا راحت و شل نگه داشته شود.

می توانید ۲۴ ساعت بعد از عمل، حمام بروید ولی نباید سر و صورت خود را خیس نمایید. در صورت استفاده از ضد درد، حتما " باید کسی به شما در حمام گرفتن کمک کند تا زمین نخورید.

در چند روز اول بعد از عمل، ممکن است کمی ترشح از بینی خارج شود که باید با دستمال پاک شود ولی نباید به بینی دست زده شود.



مراقبت های بعد از عمل جراحی زیبایی بینی (رینوپلاستی):

اغلب بیماران بعد از جراحی بینی، درد ندارند یا درد آن ها مختصر است که به راحتی با داروهای مسکن ضعیف کنترل می شود.

در روز اول در تختخواب استراحت نمایید، در حالی که سر، بالا قرار دارد (چند عدد بالش زیر سرتان قرار دهید)

پانسمان پایین بینی را می توانید در صورت کثیف شدن، تعویض نمایید. این کار تا وقتی که ترشحات بینی قطع شود، ادامه می یابد.

پانسمان داخل بینی روز بعد از عمل، از بینی خارج شده و بیمار از بیمارستان مرخص می شود. ترشح خونابه ای به میزان کم، بعد از عمل طبیعی است.

معمولا گچ یا اسپلینت بینی یک هفته بعد از عمل برداشته می شود. اسپلینت (گچ) بینی جدید که استفاده می کنیم قابل انعطاف واز جنس الومینیوم می باشد ودر صورت احساس فشار یا درد در ناحیه استخوان بینی، بیمار می تواند با انگشتان دست کمی اسپلینت را از طرفین باز کرده تا شل تر روی بینی قرار گیرد.