

دستورات پس از عمل جراحی زیبایی بینی

جهت آقا/ خانم.....

دکتر متین قاضی زاده

فلوشیپ فوق تخصصی جراحی بینی و سینوس - راینولوژیست
متخصص گوش و گلو و بینی و جراح سر و گردن
عضو هیات علمی (دانشیار) دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

- در حالتی که سر با زاویه ۳۰ درجه بالا قرار گرفته، استراحت کنید و تا ۲۴-۴۸ ساعت کمپرس یخ روی صورت بگذارید.
- در چند روز اول ممکن است ترشحات بصورت خونابه از جلوی بینی و یا خلط و لخته از پشت حلق داشته باشید، نگران نباشید و فقط در صورت خیس شدن گاز پایین بینی، آنرا عوض کنید.
- از وقتی پرستار اجازه داد، خوردن را با مایعات سرد، و از مقدار کم شروع کنید. تدریجا در صورتی که حالت تهوع ندارید، در حد تحمل بیشتر کنید.
- غذا در ۲۴ ساعت اول نرم و ولرم باشد. پس آن در خوردن همه نوع غذا آزاد هستید غیر از ته دیگ، آدامس یا غذای سفتی که جویدن زیاد لازم دارد.
- مسواک زدن با مسواک نرم و به آهستگی مجاز است.
- استحمام با آب ولرم از گردن به پایین بعد از ۲۴ ساعت از عمل، مجاز است. موها را از بشویید تا پانسمان بینی خیس نشود.
- لباس جلو باز بپوشید تا هنگام تعویض آن، فشاری به بینی نیاید.
- تا دو هفته از تلفن زدن، صحبت کردن و خصوصا خندیدن اجتناب کنید.
- تا یک ماه شبها به پشت بخوابید ، تا به بینی فشار نیاید.
- تا سه ماه از عینک استفاده نکنید، اگر امکان استفاده از لنز ندارید، عینک را با چسب به پیشانی بچسبانید، تا فشار روی بینی نیاید.
- تا یک ماه از ورزش سبک و فین کردن و تا ۶ ماه از ورزش سنگین و شرایطی که احتمال ضربه به بینی دارد، اجتناب کنید.
- تا ۶ ماه روزها، در هوای آزاد -وحتی ابری- هر دو ساعت یک بار ضد آفتاب بزنید.
- از وقتی تامپون داخل بینی خارج شد - یا اگر تامپون ندارید- و خونریزی از بینی قطع شد، شستشوی بینی با سرم شستشو و سرنگ ده سی سی (بدون سر سوزن) را حد اقل ۴ بار در روز بدون فشار به دیواره بینی، انجام دهید.
- اگر تامپون داخل بینی ندارید یا بعد از خارج کردن آن، هر شب داخل بینی و خط بخیه روی بینی-اگر مشخص است- را با پماد تتراسیکلین چشمی چرب کنید.
- تا تاریخ که جهت کشیدن تامپون مراجعه می کنید، نسخه همراه تان را مصرف کنید.
- روز جهت برداشتن پانسمان و چسب روی بینی، مراجعه کنید. **فقط همان روز و قبل از** خارج شدن از منزل استحمام کامل کنید (با شستن آهسته صورت) تا چسب بینی شل شود، و خودتان آنرا خارج نکنید، مگر اینکه خودبخود بیفتد.
- به خاطر داشته باشید که بعد از عمل ، ۶ ماه تا یک سال تورم بینی وجود دارد و شکل نهایی پس از این دوره مشخص می شود.
- در صورت وجود مشکل به شماره ۰۹۱۹۳۹۴۶۳۹۸ پیامک بزنید.