



مراقبت های لازم بعد از جراحی بینی



بیمارستان سلامت فردا

SALAMAT FARDA HOSPITAL

آدرس: اشرفی اصفهانی - خیابان ناطق نوری - بیمارستان سلامت فردا

تلفن: +۹۸ ۲۱ ۴۹۲۲۹۰۰۰

www.salamatfardahospital.com

 [salamatfarda_hospital](https://www.instagram.com/salamatfarda_hospital)

مراقبت های لازم بعد از جراحی بینی



از حرکات اضافی صورت خودداری کنید

- حداقل به مدت سه هفته از خندیدن، گریه کردن و حرکات اضافی صورت خودداری و در هنگام عطسه از دهان استفاده کنید.
- از صحبت کردن طولانی و مکالمات تلفنی و فعالیت های اجتماعی زیاد حداکثر به مدت دو هفته اجتناب کنید.



لخته خون داخل بینی را خارج نکنید

- خونریزی مختصر به شکل خونابه تا دو روز بعد از عمل طبیعی است. شما نباید لخته هایی که داخل بینی تشکیل می شود، خارج کنید. پزشک جراح در خلال هفته اول با وسایل خاصی در صورت ضرورت لخته ها را خارج خواهد کرد.
- از دستکاری لب بالا و بینی خودداری کنید تا بینی دچار جابجایی نشود.



تیشرت نپوشید

حداقل یک هفته از پوشیدن لباسهایی که دکمه ندارند و عبور آن از سر به سختی میباشد خودداری کنید.

از گرما اجتناب کنید

- حداقل به مدت دو ماه از آفتاب، نورهای قوی، گرما و حرارت اجتناب کنید، زیرا موجب تورم بافتها می شود.

- به مدت دو ماه از شنا کردن و سونا رفتن خودداری کنید.

الکل، سیگار و قلیان مصرف نکنید

مصرف مشروبات الکلی، استعمال سیگار و سایر دخانیات فرایند ترمیم زخم را مختل می کند. بنابراین ضروری است از ۳ هفته قبل از عمل تا حداقل ۳ هفته بعد از آن از مصرف سیگار اجتناب کنید. مصرف الکل احتمال خونریزی بعد از عمل را افزایش می دهد.

شستشوی بینی را فراموش نکنید

- به مدت ۶ ماه بینی را با سرم سدیم کلراید روزی ۳ بار به نحوی که به شما آموزش داده شده خواهد شد شستشو دهید.
- تا ۶ ماه از ضربه زدن به بینی جداً خودداری کنید. استفاده از پمادهای ترمیمی فقط به دستور پزشک میباشد.
- در صورت بروز هر مشکلی با جراح خود تماس بگیرید.

در آخر اینکه:

برای اینکه بتوانید نتیجه دلخواه را بگیرید باید دستورات پزشک را کامل رعایت کنید. تا بدست آمدن نتیجه نهایی بینی حداقل گذر از زمان ۶ ماه و حداکثر ۱ سال می باشد.

دکتر محمدی

فوق تخصص جراحی پلاستیک، زیبایی، ترمیمی



پیشانی استفاده کنید. استفاده از لنزهای طبی بعد از کاهش تورم، بلا مانع می باشد.

فین نکنید

از آنجا که در خلال ۳ هفته اول بعد از عمل، مخاط بینی بسیار حساس و آسیب پذیر است، طی این مدت باید از فین کردن اجتناب کنید و ترجیحاً از راه دهان نفس بکشید. هنگام عطسه دهان باید باز باشد تا هوای پر فشار از راه دهان خارج شود و به مخاط بینی آسیب نرساند.



دوش نگیرید

بعد از عمل جراحی، ۷ الی ۱۰ روز پانسمان ویژه ای روی بینی گذاشته می شود (به صورت اسپلینت یا گچ)، در خلال این مدت این پانسمان باید خشک بماند، بنابراین باید طوری استحمام کنید که رطوبت به پانسمان روی بینی نرسد. قبل از برداشتن گچ در صورت نیاز به استحمام، از وان یا ریختن آب با ظرف روی بدن استفاده کنید. از دوش گرفتن جداً خودداری و زمان حمام کوتاه باشد و از گرمای زیاد و بخار اجتناب کنید زیرا موجب تورم بیشتر بینی و خیس شدن پانسمان ها می شود.

مصرف دارو

داروهای تجویز شده توسط پزشک مرتب مصرف شود و از مصرف داروهای اضافی خودداری نماید.

سرتان را بالا نگه دارید

در هنگام استراحت به حالت نیمه نشسته و از دو عدد بالش در زیر سر استفاده گردد و از پایین نگه داشتن سر به مدت طولانی خودداری شود.

فعالیت بدنی شدید نکنید

تا یک هفته استراحت نسبی داشته باشید، از فعالیت های جسمی زیاد، ورزش کردن، بلند کردن اجسام سنگین خودداری و بیشتر استراحت کنید.

آدامس نجوید

- از مصرف غذاهایی که نیاز به جویدن زیاد و قدرت دارند بپرهیزید، خصوصاً در خلال هفته اول، مصرف مایعات و غذای نرم توصیه می شود. جویدن آدامس را در ماه اول فراموش کنید.
- از خوردن غذاهای سفت که به جویدن زیاد نیاز دارند خودداری و از غذاهای نرم و میکس شده استفاده کنید.
- دندان ها را با مسواک کودک و نرم و با ملایمت مسواک کنید.

از عینک استفاده نکنید

حداقل ۲ ماه از عینک استفاده نکنید. در صورتیکه عینکی هستید از روش اتصال عینک با چسب به

عمل جراحی رینوپلاستی اصلاح ساختمان خارجی بینی برای رفع نقص های زیبایی یا عملکردی مادرزادی و اکتسابی بینی است. اما بعد از جراحی رینوپلاستی باید یک سری نکاتی را رعایت کرد تا بهبودی کامل حاصل شود:

اولین مراجعه

یک هفته بعد از عمل می باشد و در آن زمان آتل خارج می شود. حتماً یک ساعت قبل از آمدن حمام بروید و آتل خیس شود.

استراحت بعد از عمل

روز اول استراحت کامل داشته باشید و از رژیم غذایی مایعات سرد استفاده کنید.

کمپرس یخ

کمپرس سرد تا ۴۸ ساعت اول هر دو ساعت یکبار به مدت ۲۰ دقیقه روی کیبودیهها و کمپرس گرم ۴۸ ساعت دوم برای کم کردن کیبودی و تورم به همان صورت استفاده می گردد.

