

توصیه هایی برای دوران بعد از جراحی :

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

◀ کمپرس سرد تا ۴۸ ساعت اول (قبل از در آوردن تامپون ها) هر دو ساعت یکبار به مدت ۲۰ دقیقه روی کیوبدها و کمپرس گرم ۴۸ ساعت دوم (بعد از در آوردن تامپونها) برای کم کردن کیودی و تورم به همان صورت استفاده گردد .

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

◀ 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 .

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

در دوران پس از جراحی، ترمیم زخمها و التیام بافتها باید روند مناسبی را طی کند؛ بنابراین دستیابی به نتایج مطلوب در جراحی پلاستیک بینی، بدون مراقبتهای دقیق پزشک و بیمار امکانپذیر نخواهد بود.

ساعتهای ابتدایی پس از جراحی:

در ساعتهای ابتدایی پس از جراحی، خونریزی جزئی به صورت نشت خون از کنار پانسمان بینی، کاملاً طبیعی بوده و به هیچ وجه نگرانکننده نیست. در این شرایط، میتوان با دستمال کاغذی مرطوب صورت بیمار را تمیز کرد. گاهی در ساعات نخستین پس از به هوش آمدن، بیمار احساس گلودرد میکند که ممکن است به دلیل تأثیر به جا مانده از لوله بیهوشی باشد. در برخی بیماران، به علت وسعت زیاد اقدامات جراحی در قسمت استخوانی بینی، ممکن است کیودی دور چشم مشخص تر شود. حتی گاهی اوقات قسمتی از سفیدی چشم دچار خونمردگی میشود. هیچیک از این پیشامدها در نتیجه عمل تأثیرگذار نبوده و صرفاً موقتی هستند . گاه در روزهای اول و دوم، ورم بیشتر میشود و در روز سوم به اوج میرسد؛ اما به هیچوجه نگران کننده نیست

یا من اسمم خرا و خکره شفه



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات
بهداشتی درمانی کاشان
مرکز آموزشی درمانی نقوی

NAGHAVI

www.naghavi.kaums.ac.ir

HOSPITAL

عنوان آموزش: مراقبت بعد از جراحی بینی

تهیه و تنظیم : زهرا رضازاده

با نظارت واحد آموزش بیمارستان نقوی

◀ از خوردن غذاهای سفت که به جویدن زیاد نیاز دارد خودداری و از غذاهای نرم و میکس شده استفاده کنید .
-از فین کردن خودداری نمائید

◀ حداقل ۲ ماه از عینک استفاده نکنید. در صورتیکه عینکی هستید از روش اتصال عینک با چسب به پیشانی استفاده کنید. استفاده از لنزهای طبی بعد از کاهش تورم ، بلا مانع میباشد .

◀ قبل از برداشتن گچ در صورت نیاز به استحمام ، از وان یا ریختن آب با ظرف روی بدن استفاده کنید. از دوش گرفتن جدا خودداری و زمان حمام کوتاه باشد و از گرمای زیاد و بخار اجتناب کنید زیرا موجب تورم بیشتر بینی خیس شدن پانسمانها خواهد شد .

◀ حداقل به مدت دو 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 فعالیتهای اجتماعی زیاد حداکثر به مدت دو هفته اجتناب کنید .

◀ از دستکاری لب بالا و بینی خودداری کنید تا بینی دچار جابجایی نشود .

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

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

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

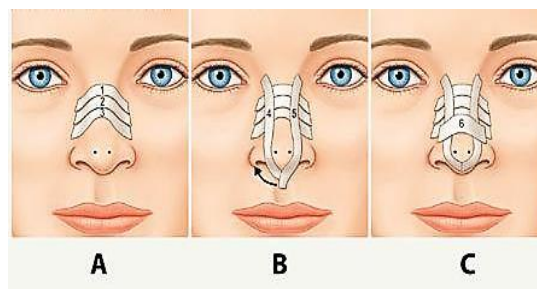
◀ از کشیدن سیگار به مدت دو ماه اجتناب و از مجاورت با افراد سیگاری بپرهیزید .

◀ بعد از کشیدن تامپونها ، به مدت ۶ ماه بینی را با سرم سدیم کلراید روزی ۳ بار به نحوی که به شما آموزش داده خواهد شد شستشو دهید .

◀ تا ۶ ماه از ضربه زدن به بینی جدا خودداری کنید .

◀ استفاده از پمادهای ترمیمی فقط به دستور پزشک میباشد .

◀ در صورت بروز هر مشکلی با جراح خود تماس بگیرید .



با توجه به تغییر در مقدار و جهت جریان هوا بعد از عمل چند هفته فرصت لازم است تا به احساس جدید خود هنگام تنفس عادت کنید.

بینی شما تا چند هفته پس از عمل ممکن است بی حس باشد که برگشت آن در ناحیه سر بینی معمولاً

طولانی‌تر است. زمانی که نوک بینی بی حس است آن

را بزرگتر احساس می‌کنید. (مشابه احساسی که بعد از

بی‌حسی دندانپزشکی در لب خود دارید)

فرم بینی شما در روزها و هفته‌های اول مشخص نیست،

بنابراین از وسواس زیاد مشاهده مکرر خود در آینه

خودداری نمائید. همچنین در این مدت به هیچ کس

اجازه ندهید در مورد بینی شما قضاوت کند.

کاشان ، خیابان شهید رجایی ، بیمارستان نقوی

بخش جراحی بیمارستان نقوی

۲۲۱ ۵۵۵۴۱۵۱۵

www.naghavi.kaums.ac.ir

با آرزوی بهبودی و سلامتی روزافزون

شما

