

## بیمارستان امام خمینی (ره) آبادیه

### مراقبت‌های بعد از عمل جراحی زیبایی بینی



- پس از جراحی ، در هر یک از سوراخ های بینی پانسمانی قرار داده می شود که ۲۴ تا ۴۸ ساعت پس از جراحی خارج می شوند که خارج شدن آنها بدون درد ومشکل خواهد بود .پانسمان داخلی بینی در انحرافی بینی یک هفته بعد برداشته می شود.
- گاهی اوقات مقداری نشت خون ، از کناره های پانسمان زیر بینی در روز اول یا دوم پس از جراحی دیده میشود که قابل انتظار است و نباید موجب نگرانی شود.
- کناره های بینی و اطراف پانسمان بینی ، ممکن است لخته های خون روی پوست دیده شود که می توانید به آرامی با گوش پاک کن که توسط سرم شستشو مرطوب شده است آن ها را پاک کنید.
- پوشش روی بینی پس از یک هفته به صورت کامل برداشته می شود .از خیس شدن پوشش روی بینی وچسب های روی آن جلوگیری شود، تا زودتر از موقع شل نشود.
- روزهای اول استراحت کامل داشته باشید و از رژیم غذایی مایعات سرد استفاده کنید.
- بخیه های پوستی بین روز چهارم تا هفتم توسط جراح برداشته می شود.
- کمپرس سرد تا ۴۸ ساعت اول هر دو ساعت یکبار به مدت ۲۰ دقیقه روی کبودی ها و کمپرس گرم از روز سوم برای کم کردن کبودی و تورم مورد استفاده قرارگیرد.
- به مدت دو هفته استراحت به حالت نیمه نشسته باشد واز دو عدد بالشت در زیر سر استفاده گردد .از پایین نگه داشتن سر به مدت طولانی خودداری کنید.
- تا دو هفته استراحت داشته باشید ، از فعالیت های جسمی زیاد ، ورزش کردن ، بلند کردن اجسام سنگین خودداری کنید.
- داروهای تجویز شده توسط پزشک مرتب مصرف شود و از مصرف داروهای اضافی خودداری کنید
- استفاده از پمادهای ترمیمی فقط به دستور پزشک می باشد.
- دارو ها و قطره های تجویز شده توسط پزشک را به طور منظم و سر وقت مصرف نمایید و سوراخ های بینی را با گوش پاک کن مرطوب تمییز نگه دارید
- از خوردن غذاهای سفت که به جویدن نیاز دارد و باعث حرکات لب می شود خودداری کنید.

- از فین کردن حداقل تا دو هفته خودداری شود و در صورت داشتن ترشح یا خونابه با دستمال کاغذی نرم بینی را خشک نمایید.
- از صحبت کردن طولانی و مکالمات تلفنی و فعالیت های اجتماعی زیاد حداکثر به مدت دو هفته اجتناب کنید.
- افزایش حرکات لب بالا میشود خودداری کنید و از غذاهای نرم استفاده کنید.
- از دستکاری لب بالا و بینی خودداری کنید تا بینی دچار جابجایی نشود.
- دندان ها را با مسواک کودک با نرمی و ملایمت مسواک کنید.
- از کشیدن سیگار به مدت دو ماه اجتناب و از مجاورت با افرادی سیگاری پرهیزید.
- قبل از برداشتن گچ در صورت نیاز به استحمام ، از وان یاریختن آب با ظرف روی بدن استفاده کنید از دوش گرفتن جدا خودداری کنید
- زمان حمام کوتاه باشد و از گرمای زیاد و بخار اجتناب کنید زیرا موجب تورم بیشتری بینی می شود.
- به مدت دو ماه از شنا کردن و سونا رفتن خودداری کنید.
- حداقل به مدت دو هفته از خندیدن ، گریه کردن و حرکات اضافی صورت خودداری کنید و عطسه را بادهان باز انجام دهید.
- حداقل یک هفته از پوشیدن لباس هایی که دکمه ندارند و عبور آن از سر به سختی می باشد خودداری کنید.
- حداقل به مدت دو ماه از آفتاب ، نورهای قوی گرما و حرارت اجتناب کنید زیرا موجب تورم بینی می شود.
- حداقل ۲ ماه از عینک استفاده نکنید .در صورتی که عینکی هستید از روش اتصال عینک با چسب به پیشانی استفاده کنید .استفاده از لنز های طبی بعد از کاهش تورم ، بلامانع می باشد.
- جهت بدست آمدن نتیجه مطلوب حداقل گذر زمان شش ماه و حداکثر یک سال می باشد لذا با صبوری با پزشک خود در ارتباط باشید.
- باید توجه داشت که بعد از عمل و برداشتن گچ بینی ، بینی شما ورم فراوانی خواهد داشت که به مرور فروکش خواهد کرد.
- در ابتدا نوک بینی تا حدودی بالاتر از حد نهایی خواهد بود و به تدریج نوک بینی حدود 1 تا ۲ میلی متر پایین تر خواهد آمد ، لذا نگران بالا بودن نوک بینی خود نباشید.
- در صورت بروز خونریزی شدید از بینی در اسرع وقت به پزشک خود مراجعه نمایید.



منبع: کتاب داخلی جراحی پرستاری برونر سوارث 2018

تهیه کننده : ژاله دهقانی کارشناس پرستاری

بیمارستان امام خمینی (ره) 1403 واحد آموزش سلامت