

توصیه های قبل و بعد از جراحی بینی

جراحی بینی و یا رینوپلاستی امروزه یکی از اولویت های زندگی افراد مخصوصا جوانان در کشور ما می باشد، در حالی که جراحی بینی تنها ۲ تا ۳ ساعت زمان می برد، اما نتیجه آن می تواند تا پایان عمر با فرد همراه باشد. قبل از جراحی بینی و بعد از آن باید نکاتی رعایت شود تا به بهترین نتیجه از عمل بینی دست یافت.

هدف از جراحی بینی

قبل از جراحی بینی باید هدف متقاضی از عمل مشخص شود و در صورت مشکلات روحی ابتدا به درمان این مشکلات پرداخته شود. در درجه اول باید انگیزه فرد متقاضی برای جراحی بینی کاملا منطقی و درست باشد تا نتیجه قابل قبولی از عمل جراحی بینی خود بگیرد. جراحی بینی ، ممکن است با اهداف مختلفی صورت گیرد از این رو قطعا فردی که کاندید عمل بینی می شود (حتی برای درمان مشکلات بینی) ، دست خوش تغییرات زیبایی نیز قرار می گیرد. هدف از عمل بینی ممکن یکی از گزینه های زیر باشد:

۱. کوچک کردن بینی
۲. بزرگ کردن بینی
۳. درمان انحراف بینی
۴. برداشتن قوز بینی
۵. پولیپ بینی



ملاقات با پزشک

قطعا جراحی که انتخاب می کنید می تواند تاثیر به سزایی در خوشحالی یا ناراحتی بعد از عمل شما داشته باشد. از متخصص بودن جراح اطمینان حاصل کنید و عکس های قبل و بعد بیماران را ببینید. درخواست و تصور هر فرد برای ظاهر بعد از عمل متفاوت است، پس با تقلید از دیگران نمی توانید به نتیجه دلخواه خود برسید. فاکتورهای مورد نظر در ذهنتان را برای جراحی بینی یادداشت کنید و بعد از مشاوره عمل بینی ، هر پزشکی که به معیارهای شما نزدیک تر بود را انتخاب کنید. حتما سلامتی خود را نیز در نظر بگیرید زیرا مشکلات تنفسی بعد از عمل می تواند تا پایان عمر شما را آزار دهد.

۲۶ توصیه برای قبل و بعد از جراحی بینی

مراقبت های قبل از عمل بینی



مراقبت های قبل از عمل بینی

قبل از عمل بینی مراقبت هایی لازم است که فرد متقاضی جراحی باید به آن ها توجه کند تا دوره بهبودی بهتری داشته باشد. در ادامه نکاتی که باید قبل از عمل بینی رعایت شود نام برده شده است. اما توجه داشته باشید برای دریافت اطلاعات دقیق تر باید با پزشک خود مشورت کنید.

۱. دو هفته قبل از عمل نباید از آسپرین استفاده کنید.
۲. دخانیات و نیکوتین موجب تنگ شدن رگهای خونی می شود و همچنین موجب اختلال گردش خون شده، بنابراین حداقل ۲ هفته قبل از عمل بینی از استفاده آن اجتناب کنید.
۳. ۸ ساعت قبل از عمل ، از خوردن و آشامیدن پرهیز کنید.
۴. روز قبل از عمل به میزان کافی آب بنوشید.
۵. شب قبل از عمل دوش بگیرید. علاوه بر تمیز شدن بدن از هر گونه آرایش و لوسیون و کرم می تواند به ریلکس شدنتان نیز کمک کند.
۶. اگر لاک ناخن دارید آن را پاک کنید.
۷. حتما راه های رسیدن به محل کلینیک و یا بیمارستانی که قرار است بروید را بررسی کنید تا در روز عمل استرس نداشته باشید.
۸. در روز عمل هیچگونه زیورآلاتی نباید همراه شما باشد.
۹. از خوردن و آشامیدن در روز عمل جدا خودداری کنید.
۱۰. آزمایش و مدارک پزشکی خود را در روز عمل به همراه داشته باشید.



توصیه های قبل و بعد از جراحی بینی

توصیه های قبل و بعد از جراحی بینی

Tips before and after nose surgery



واحد آموزش سلامت

۹. از خوراکی هایی که برای کاهش تورم صورت مفید است غافل نشوید. آب آناناس، آلوئه ورا و کرفس می تواند به کاهش تورم صورت کمک کند

۱۰. هنگام استراحت و خواب چند بالش زیر سر خود بگذارید.

۱۱. از مسواک نرم استفاده کنید.

۱۲. تا دو ماه نباید از عینک طبی یا آفتابی استفاده شود. میتوانید لنز را جایگزین کنید.

۱۳. تا چند هفته اول از پایین انداختن سر و بلند کردن اجسام سنگین، همچنین فعالیت های شدید ورزشی خودداری کنید.

۱۴. کاهش تورم و چسبیدن پوست بینی بر اسکلت زمانبر خواهد بود بنابراین تورم در دو طرف بینی شما قطعاً متفاوت خواهد بود، حتی اگر دو طرف آن یکسان عمل شده باشد. بنابراین نگران این موضوع نباشید.

۱۵. چسب زدن برای کاهش تورم و چسبیدن پوست بینی به اسکلت است پس در نحوه چسب زدن بینی دقت شود.

۱۶. در روزها و ماه های اول بعد از عمل بینی فرم بینی شما کاملاً مشخص نمی باشد بنابراین اجازه قضاوت به افراد دیگر را ندهید.

بعد از گذشت یک هفته معمولاً درد و ناراحتی به کمترین حد ممکن می رسد و شما می توانید به زندگی عادی خود ادامه دهید و به محل کارتان بازگردید. اما این به این معنا نیست که می توانید فعالیت های سنگین و ورزش سخت انجام دهید.

درس: بابل ابتدای امیرکلا بلوار امام رضا بیمارستان خصوصی مهرگان
تلفن: ۴ - ۰۱۱۳۲۳۹۵۵۹۱
ایمیل: info@mehregan-hospital.com

مراقبت های بعد از عمل بینی

۲۴ ساعت اول بعد از عمل سخت ترین زمان برای ریکاوری فرد است. در این مدت هنوز اثر داروهای بیهوشی از بین نرفته است. در این زمان ممکن است کمی سردرد، ورم، کبودی و خونریزی بینی را تجربه کنید. بهتر است در این زمان فرد فقط استراحت کند و از مسکن های تجویز شده پزشک استفاده کند. در ادامه تمام نکاتی که باید بعد از عمل بینی رعایت کنید را برای شما آورده ایم.

۱. بهترین زمان برای حمام کردن بعد از عمل بینی را حتماً از پزشک خود سوال کنید.

۲. حداقل تا ۲۴ ساعت بعد از عمل از کمپرس سرد در اطراف بینی و زیر چشم برای کاهش کبودی و تورم استفاده کنید.

۳. تا ۲۴ ساعت از مایعات و غذاهای میکس شده و نرم استفاده کنید. از خوردن غذاها و میوه هایی که نیاز به جویدن داشته باشد مانند هویج و سیب و ... بپرهیزید.

۴. بعد از جراحی بینی مسافرت با هواپیما در روزهای اول توصیه نمی شود.

۵. با دهان باز عطسه و یا سرفه کنید تا به بینی فشاری وارد نشود.

۶. از فین کردن و فشار به بینی بپرهیزید چون ممکن است سبب خونریزی شود.

۷. از خندیدن و حرف زدن زیاد در هفته های اول خودداری نمایید.

۸. از خوردن نمک خودداری کنید.