



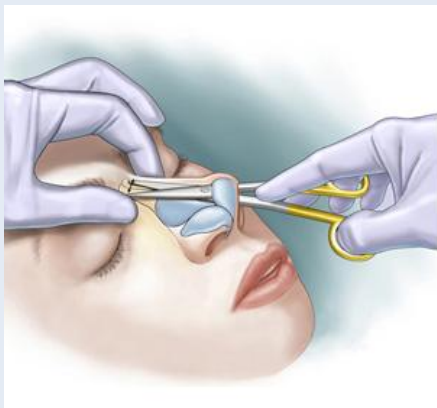
دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی خراسان شمالی

مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی امام حسن (ع) شهرستان بجنورد

راهنمای خود مراقبتی

## جراحی زیبایی بینی

(رینوپلاستی)



تهیه و تنظیم: **لاله زار حسین زاده**

(کارشناس مسئول سلامت همگانی)

تایید کننده: **خانم دکتر اکرم ادبی زاده**

پاییز ۱۳۹۶

- روز خروج گچ بینی می توانید قبل از ویزیت پزشک حمام کنید ، آمادست به پانسمان و گچ روی بینی نزنید.
- خروج بخیه ها طبق نظر پزشک انجام می شود.
- بسته به نظر پزشک بین یک تا دو بار در هفته چسب روی بینی تعویض می شود.
- معمولا به مدت ۳-۴ هفته ، بینی توسط چسب فرم داده می شود و پس از آن به صلاحدید پزشک ، زدن چسب به شما آموزش داده می شود.
- مراقب باشید هیچ ضربه ای به بینی تان وارد نشود. مثلا هنگام خواب طاق باز بخوابید و از لباس های دکمه دار و زیپ دار استفاده کنید.
- با دهان باز عطسه کنید و از حرکات شدید صورت حین خنده و گریه اجتناب نمایید.
- شنا ، شیرجه ، آفتاب گرفتن و سونا به مدت ۱ تا ۲ ماه ممنوع است.
- از گذاشتن عینک آفتابی و طبی به مدت یک ماه خودداری کنید. در صورت ضرورت ، عینک را با چسب ضد حساسیت به پیشانی متصل نمایید.
- از دستکاری بینی جدا خودداری کنید.
- در صورت خونریزی فعال روشن یا هرگونه مشکل غیر عادی ، پزشک یا پرستار خود را مطلع کنید.

<http://darman.tums.ac.ir>

بیمارستان امام حسن (ع) بجنورد ۵۸۳۱۵۱

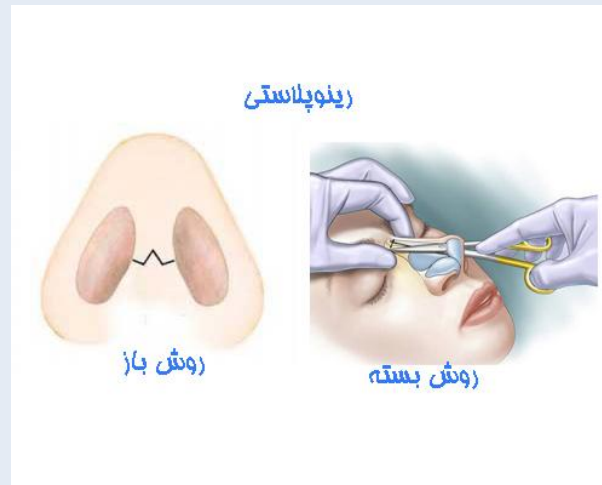
- تا ۴۸ ساعت بعد از عمل بینی ، اطراف چشم های شما ممکن است کبود شود ، جهت جلوگیری از بیشتر شدن کبودی ، اطراف چشمها کمپرس سرد قرار دهید(هر ۲ ساعت به مدت ۱۰ دقیقه) .
- هیچ محدودیت غذایی وجود ندارد. فقط از مصرف غذاهای سفت که احتیاج به جویدن طولانی دارند مانند ساندویچ ، استیک و کباب برگ و مواد خوراکی که می دانید به آنها آلرژی دارید ، خودداری کنید.
- استفاده از مسواک نرم و محلول دهان شویه
- در هفته های اول در معرض حرارت اجاق گاز و بخاری و نور شدید آفتاب نباشید.
- از بلند کردن اشیاء سنگین اجتناب کنید.
- مصرف آنتی بیوتیک و مسکن را با تجویز پزشک ادامه دهید.
- طی چند هفته بعد از عمل ، به علت جمع شدن ترشحات داخل بینی تنفس مشکل می شود که می توانید روزانه چند نوبت از محلول نمکی (سرم شستشو) استفاده کنید. بدین روش که با استفاده از یک سرنگ ۲۰ سی سی بدون سوزن از سرم کشیده و در بینی بریزید اجازه دهید ترشحات ، شستشو داده شده و خارج شوند. تا دو هفته بعد از عمل تخلیه بینی با فشار خودداری کنید.
- جهت خروج پانسمان بینی طبق قرار قبلی با پزشک ، به کلینیک مراجعه کنید.

### آموزشهای بعد از عمل :

- بعد از عمل ، بینی شما بسته است و تنها می توانید از راه دهان نفس بکشید.
- در ساعتهای ابتدایی بعد از به هوش آمدن ، شما ممکن است گلو درد داشته باشید که به خاطر اثر لوله بیهوشی می باشد.
- در ساعتهای ابتدایی پس از جراحی ، خونریزی جزئی به صورت نشت خون از کنار پانسمان بینی امری طبیعی است و جای نگرانی ندارد. در این مواقع می توانید به کمک دستمال کاغذی مرطوب صورتتان را تمیز کنید.
- طاق باز استراحت کنید و بهتر است به پهلو راست و چپ نخوابید.
- برای زیر سر خود از چند بالش استفاده کنید ، سعی کنید سر خود را به عقب خم کنید.
- خوردن مایعات را چند ساعت پس از عمل با صلاحدید پزشک خود شروع کنید و ۶ ساعت بعد از عمل در صورت عدم تهوع ، استفراغ و سرگیجه می توانید خوردن غذاهای نرم و سبک را شروع نمایید.
- قبل از خروج از تخت ، ابتدا یک ربع ساعت بر لبه تخت نشست و در صورت نداشتن سرگیجه ، تخت خود را ترک کنید.

### آموزشهای قبل از عمل :

- ریش و سیبیل در مردان ، بهتر است تراشیده شود.
- لاک ناخنها و آرایش صورت خود را پاک کنید.
- قبل از رفتن به اتاق عمل ، زیورآلات ، اجسام فلزی ، گیره سر ، لنز ، دندان مصنوعی و غیره را خارج کنید.
- مصرف آسپرین و انواع مسکن ها را یک هفته قبل از عمل قطع کنید.
- در صورت تب ، سرفه و علائم سرماخوردگی ، پزشک خود را قبل از عمل مطلع کنید.
- این عمل بنا به صلاحدید پزشک بیهوشی ، به روش نیمه بیهوشی و یا بیهوشی عمومی انجام خواهد شد.
- معمولاً مدت عمل حدود یک تا دو ساعت است.



بسیاری از افراد از فرم ظاهری بینی خود به دلیل بزرگی یا شکستگی و تغییر شکل نامناسب در چهره و ایجاد مشکلات تنفسی و غیره شاکی هستند. متخصص جراحی زیبایی بینی تشخیص می دهد که آیا بینی این افراد احتیاج به جراحی دارد یا خیر. به عمل جراحی که برای بهبود شکل ظاهری بینی انجام می شود ، رینوپلاستی می گویند.

### به نکات زیر توجه فرمایید :

- ✓ نخست آنکه زیبایی لزوماً به معنای کوچکی بینی نیست ، بلکه زیبایی بینی در گرو تناسب کل بینی با قسمت های مختلف با هم و نیز تناسب کل بینی با قسمت های مختلف چهره است نه صرفاً کوچک کردن بینی.
- ✓ دوم آنکه نوع بافت های بینی فاکتور محدود کننده ای در جراحی بینی است. بینی های با پوست ضخیم و بافت غضروفی ناچیز در مقایسه با بینی های با پوست نازک و اسکلت قوی رضایت بخشی کمتری بعد از عمل دارند. این هنر ، دانش و تجربه جراح است که باید در چنین تنگناهایی بر محدودیت های بافتی فائق آید.
- ✓ سوم آنکه کوچک شدن بینی تا حدی مطلوب است که عملکرد تنفسی بینی به مخاطره نیفتد. جراح بینی با ارزیابی دقیق وضعیت داخل بینی پیش از جراحی ، با پیش بینی بسیاری از احتمالات ، می تواند خطر عوارض تنفسی و بویایی را به حداقل برساند.