

## دستورالعمل مراقبت های بعد از عمل جراحی بینی

دکتر علی علوی راد

«فوق تخصص جراحی پلاستیک»

اصفهان- میدان آزادی دروازه شیراز- نبش هزار جریب

مجتمع سپهر- واحد ۲۴

ویزیت روزهای زوج هفته

۳۶۶۹۸۸۵۳ - ۳۶۶۸۲۸۳۳

### مرحله ی بعد از عمل

با توجه به پیشرفت های چشم گیر در روش های بیهوشی و امکان انجام عمل جراحی با شرایط بهتر و راحتی بیشتر بیماران اکثر جراحان و نیز بیماران ترجیح می دهند عمل با بیهوشی عمومی انجام شود.

پس از پایان عمل بیمار به اتاق ریکاوری منتقل می شود. اتاق ریکاوری محلی است که در آنجا بیمار تحت مراقبت کامل قرار دارد تا کاملا به هوش بیاید و آماده انتقال به بخش شود.

چون داخل بینی بیماران تامپون گذاشته می شود نمی توانند از راه بینی نفس بکشند پس باید از راه دهان نفس بکشند. البته ما برای اکثر بیماران تامپون نمی گذاریم بلکه لوله هایی از جنس سیلیکون داخل بینی بیمار می گذاریم که با این وضعیت امکان تنفس از طریق بینی وجود خواهد داشت. معمولا روی بینی قالبی از جنس پلاستیک گذاشته می شود که برای نگه داری فرم جدید بینی می باشد. اکثر بیماران چند ساعت پس از انجام عمل جراحی مرخص میشوند و به منزل می روند و گاهی هم جراح تشخیص می دهد که یک شب در کلینیک یا بیمارستان بمانند.

### اتفاقات قابل انتظار در مرحله ی بعد از عمل بینی

درد بینی- سر درد-عدم توانایی تنفس از طریق بینی و تورم صورت و کبودی اطراف بینی قابل انتظار است برای پیشگیری از شدت کبودی و تورم و تسریع بهبودی آن باید زیر سر بیمار در موقع استراحت بلند باشد یعنی از یک یا دو متکا بیشتر از حالت عادی استفاده شود.

- تا ۴۸ ساعت در اطراف بینی از کمپرس سرد و سپس از کمپرس گرم استفاده شود

- تا یک هفته پس از عمل زیر سر بیمار موقع خوابیدن بلند تر باشد.

- اگر در داخل بینی شما لوله های سیلیکونی گذاشته شده باشد حتما داخل آنها را با سرهم بشوید و اجازه ندهید مجرای آنها با لخته های خون بسته شود. نحوه ی شست و شوی این لوله ها توسط پرستاران بخش قبل از مرخص شدن به شما آموزش داده می شود اگر خون داخل لوله ها جمع شد قبل از لخته و خشک شدن آنها را با گوش پاکن به آرامی تمیز کرده و سپس بشوید.

- داروهای تجویز شده را دقیقا و به موقع میل کنید و از هیچ داروی دیگری استفاده نکنید.

- برای تغذیه در ۴۸ ساعت اول از مایعات و غذاهای میکس شده و ژله ها استفاده استفاده کنید و تا پایان هفته اول از غذاهای نرم و لقمه های کوچک تغذیه کنید.

-خروج ترشحات خونابه ای از بینی و گلو تا چند روز پس از عمل و بعد از خارج کردن تامپون های بینی قابل انتظار است. پانسمان زیر بینی را در صورت لزوم تعویض نمائید.

- ممکن است در چند هفته ی اول نتوانید به راحتی از بینی نفس بکشید هر چه زمان بگذرد شرایط بهتر می شود و گاهی ممکن است چند روزی بیش تر طول بکشد.

-کبودی و تورم شدید صورت در اطراف بینی معمولا تا پایان هفته ی اول کاملا بهبود می یابد. اما گاهی ممکن است چند روز بیشتر طول بکشد.

- گاهی قرمزی ناشی از خونمردگی در قسمت سفیدی چشم ها پیدا می شود که ممکن است برای بهبودی به زمان بیشتری نیاز داشته باشد(حتی تا ۱ماه).

\_حداکثر شدت تورم و خونمردگی سه تا چهار روز بعد از عمل ایجاد می شود.

- تورم خود بینی ممکن است ماه ها طول بکشد و در بینی های گوشتی حتی تا یک سال و گاهی بیشتر طول می کشد.

-خونمردگی و تورم ممکن است شما را نگران نماید. بروز افسردگی به خاطر این مسائل در نزد بیماران در چند روز بعد از عمل مسئله ی شایعی می باشد. واکنشی است طبیعی به عوارض عمل که ممکن است حتی تا چند هفته هم طول بکشد تا این احساس از دست رفته و وضعیت روحی بیمار بهبود یابد.

### مراقبت های بعد از عمل

- حتما یک شخص بالغ مسئولیت مراقبت از شما را در ۴۸ ساعت اول پس از عمل به عهده داشته باشد.

-تا دو هفته بعد از عمل فین نکنید و تا یک ماه فین محکم انجام ندهید.

- تا دو هفته بعد از عمل در صورت لزوم عطسه را با دهان باز انجام دهید تا فشار هوای عطسه از طریق دهان خارج شود و فشاری به بینی وارد نشود.

-تا سه هفته بعد از عمل از فعالیت های شدید جسمانی که باعث افزایش فشار خون می شود اجتناب نمائید. مثل فعالیت های ورزشی بلند کردن اجسام سنگین و نیز خم شدن که باعث افزایش فشار خون در ناحیه ی سر و صورت می شود. خم کردن سر و گردن برای مطالعه و کار کردن در پشت میز منعی ندارد.

- سه هفته پس از عمل فعالیت ورزشی هوازی (آئروبیک) و شنا بدون شیرجه زدن مجاز است و پس از ۸-۶ هفته فعالیت ورزشی سنگین را هم می شود انجام داد.
- تا دو ماه بعد از عمل بینی خود را در معرض تابش مستقیم آفتاب قرار ندهید و مواظب باشید ضربه ای به آن وارد نشود و آن را به صورت محکم دستکاری نکنید.
- تا ۲ ماه بعد از عمل سیگار و قلیان نکشید چون عوارض و خطرات جدی برای بهبودی زخم های محل عمل دارد و حتی ممکن است باعث سیاه شدن از بین رفتن بخشی از پوست روی بینی شود.
- حتما در مواعده های مشخص شده توسط پزشک جهت اقدامات درمانی پس از عمل مراجعه نمایید.

### تامپون ها بخیه ها و قالب روی بینی

- به شما گفته خواهد شد که چه موقع به مطب مراجعه نمایید.
- تامپون های داخل بینی معمولا ۳-۵ روز پس از عمل خارج می شوند .
- بخیه های داخل بینی عموما بخیه های قابل جذب هستند و خود به خود از بین می روند اما بخیه های خارج بینی بایستی کشیده شوند که این کار ۴-۷ روز پس از عمل انجام می شود.
- قالب روی بینی ۱۰-۷ روز پس از عمل برداشته میشود.
- مراجعه برای این اقدامات با هماهنگی و وقت قبلی انجام می شود.
- در خصوص افراد عینکی: معمولا استفاده از لنز های تماسی به محض آنکه بیمار آمادگی استفاده از آنها را داشته باشد قابل انجام است.
- در باره ی استفاده از عینک پس از برداشتن قالب روی بینی از پزشک معالج خود سوال بفرمایید. معمولا بهتر است تا ۲ ماه پس از عمل از عینک استفاده نشود.

### رعایت مسائل بهداشتی شخصی

- در صورت مساعد بودن حال معمولا بیمار ۴۸ ساعت پس از عمل می تواند سر خود را بشوید به شرط آنکه صورت خیس نشود چون باعث افتادن قالب روی بینی می شود که بایستی مجددا توسط پزشک معالج قالب روی بینی گذاشته شود که برای بیمار دردناک می باشد.
- نحوه ی شستن سر باید طوری باشد که مسیر شستن موها و ریختن اب روی سر به طرف عقب و پشت سر بیمار باشد. در حالی که بیمار روی یک صندلی تکیه داده. کار شستشوی سر بیمار توسط پرستار وی انجام می شود و یا با استفاده از وسائل سرشویی آرایشگاهی.

- بیمار می تواند بدن خود را با استفاده از دوش دستی بشوید و اطراف صورت را با پارچه ی مرطوب تمیز نماید.
- بیمار از روز دوم بعد از عمل می تواند مسواک بزند و در صورت لزوم برای راحتی بیشتر می شود از مسواک بچه استفاده کند.
- قطره های بینی تجویز شده را پس از خارج نمودن تامپون های داخل بینی طبق دستور داخل بینی بچکانید . البته اگر از لوله های سیلیکونی داخل بینی استفاده شده باشد از همان روز عمل قطره داخل بینی و داخل لوله ها چکانده می شود.
- پماد آنتی بوتیک برای شما تجویز می شود که روزی ۳-۲ بار باید به محل بخیه های خارج بینی مالیده شود و کمی هم به بخیه های داخل لبه های بینی مالیده شود.
- به مقدار کم پماد بمالید و هر بار موقع استفاده از پماد بهتر است پماد دفعه ی قبلی را تمیز کرده و پماد جدید بمالید.

### دستورات بعد از برداشتن قالب روی بینی

- پس از برداشتن قالب و چسب ها ی روی بینی پوست بینی شما تمیز می شود و چسب زده می شود نحوه ی زدن چسب بینی به شما آموزش داده می شود. سعی کنید تا ۲ ماه به چسب زدن ادامه دهید. ادامه ی چسب زدن بستگی به جنس و نوع بینی شما و نظر پزشک معالج دارد. روز پس از برداشتن قالب می توانید دوش بگیرید و استحمام کامل انجام بدهید. زیر دوش از فشار کم آب استفاده کنید و آب دوش مستقیماً به بینی شما اصابت نکند. پوست بینی و صورت را با صابون و یک لیف پارچه ی نرم خوب بشوئید.
- پس از تکمیل استحمام و خشک کردن صورت در خارج حمام و جلوی آئینه طبق روش آموزش داده شده به بینی خود چسب بزنید.
- چسب بینی را هر روز تعویض کنید و پوست صورت و بینی را با صابون بشوئید چون پس از عمل بینی معمولاً غدد چربی پوست بینی فعال تر می شوند و تا مدتی این وضعیت ادامه دارد که حتماً بایستی رعایت مسائل بهداشتی را بنمائید تا پوست شما جوش نزند.
- تا یک ماه پس از عمل عطسه با دهان باز انجام می شود و فین تا دو هفته اصلاً انجام نشود و فین محکم تا یک ماه بعد انجام نشود.
- برای تمیز کردن داخل بینی حتماً از قطره های بینی استفاده شود. در صورت لزوم می شود برای ۲ هفته ی اول پس از عمل از گوش پاک کن هم برای تمیز کردن داخل بینی کمک گرفت. به شرطی که فقط از قسمت پنبه ای نوک آن استفاده شود و زیاد به داخل بینی وارد نشود و فشاری هم وارد نکند.
- و پس از ۳-۲ هفته هم می توان داخل بینی را شست و با احتیاط فین کرد. قبلاً گفتیم که تا ۲ ماه ورزش سنگین نکنید و تا ۳ ماه هم روی بینی نخوابید.

- ویزیت های پیگیری بعد از عمل

معمولاً ۱/۵ ماه - ۳ ماه و ۶ ماه و یکسال بعد از عمل بیمار باید ویزیت و معاینه شود همه ویزیت ها نهار به هماهنگی قبلی و گرفتن وقت دارد.

*Dr. A. Alavirad*

Board Certified Plastic Surgeon

دکتر علی علوی راد

فوق تخصص جراحی پلاستیک و زیبایی

امید است با رعایت دقیق همه ی موارد توصیه شده در این راهنما نتیجه ی مطلوبی از عمل حاصل شود.

تلفن: ۳۶۶۹۸۸۵۳ - ۳۶۶۸۲۸۳۳

NO. 17, Sepehr Building. Azadi Square, Esfahan, Iran

اصفهان میدان آزادی ساختمان سپهر طبقه ی ۵ واحد ۲۴

Tell: (98)(313)669885  
www.DrAlavirad.Com