

## توصیه‌های لازم قبل و بعد از جراحی بینی

### مراقبت‌های قبل از عمل

- ۱- از مصرف هرگونه داروی غیرضروری از دو هفته قبل از عمل خودداری کنید.
- ۲- داروهایی مثل آسپیرین، بروفن، ویتامین E را از دو هفته قبل از عمل قطع کنید.
- ۳- اگر داروی خاصی تحت نظر پزشک مصرف می‌کنید حتماً به اینجانب اطلاع دهید.
- ۴- صبح عمل یا قبل از عمل حتماً استحمام کنید و آقایان صورت خود را اصلاح کنند.
- ۵- خانم‌ها روز عمل بدون آرایش مراجعه کنند.
- ۶- از نیمه شب (۱۲ شب) قبل از خوردن غذا و مایعات جدا خودداری فرمایید.
- ۷- روز عمل ناشتا باشید (یعنی صبحانه میل نفرمایید حتی آب خالی)
- ۸- صبح روز عمل، عکس رادیولوژی، سی تی اسکن و آزمایشات حتماً همراهتان باشد (اگر توسط اینجانب درخواست شده باشد)

### مراقبت‌های بعد از عمل

- ۱- بعد از جراحی و انتقال بیمار از اتاق عمل به بخش، از کیسه آب یخ روی بینی و زیر چشم‌ها استفاده کنید و این کار را تا ۴۸ ساعت ادامه دهید. سپس کمپرس گرم بگذارید.
- ۲- ترشحات خونابه‌ای از اطراف گاز بینی تا ۷۲ ساعت پدیده طبیعی است، نگران نباشید. گاز جلوی بینی را می‌توان تعویض نمود.
- ۳- روز عمل را در منزل استراحت کنید. زیر سر شما ۴۵-۳۰ درجه بلندتر از بدن تان باشد. فردای عمل قدم زدن بلامانع است.
- ۴- پس از جراحی در برخی افراد استفراغ و حتی استفراغ خونی ممکن است رخ دهد، نگران نباشید. در صورتی که شدید بود تماس بگیرید.
- ۵- پس از عمل برخی افراد دچار عطسه می‌شوند، با دهان باز عطسه کنید تا فشاری به بینی وارد نشود و نگران نباشید.
- ۶- داروهای تجویز شده را (پس از هوشیاری کامل) شروع به مصرف کنید و به طور منظم ادامه دهید.
- ۷- روز ۵-۷ با نظر اینجانب جهت برداشتن گچ بینی و بخیه‌ها با تعیین وقت قبلی به مطب مراجعه کنید. قبل از مراجعه حتماً استحمام کنید اما خودتان گچ بینی را برندارید، در صورتی که گچ خارج شد نگران نباشید و بلافاصله به مطب مراجعه نمایید.
- ۸- روز بعد از عمل پانسمان زیر بینی را برداشته و با سرم شستشوی بینی و سرنگ، داخل بینی را مرتب شستشو دهید (حداقل ۵-۶ مرتبه در روز) و ناحیه بخیه‌ها را روزی ۳ بار چرب کنید.
- ۹- در دو هفته اول بعد از عمل از هرگونه زور زدن، فین کردن، خم شدن زیاد، بلند کردن اشیاء سنگین و ... خودداری فرمایید.
- ۱۰- از نظر تغذیه‌ای روز اول از مایعات استفاده کنید و پس از آن از غذاهای نرم و پخته شده نظیر برنج کته‌ای، گوشت مرغ پخته، فرنی، سوپ که نیاز به جویدن زیاد ندارند، استفاده کنید. (غذای مصرفی کم‌نمک باشد)
- ۱۱- بعد عمل، بینی شما ورم خواهد داشت که شدت آن در یک ماه اول کاسته می‌شود، ولی تا حدود ۱۲-۱۸ ماه ادامه خواهد داشت. بهترین عامل کاهش ورم گذشت زمان است.
- ۱۲- تورم و کبودی زیر چشم و حتی کبودی داخل چشم از عوارض ساده عمل جراحی بینی است که معمولاً ۳-۲ هفته بعد از عمل از بین می‌رود، بنابراین نگران نباشید.
- ۱۳- موقع مراجعه جهت کشیدن بخیه‌ها آب میوه (ساندیس-شکلات) همراهتان باشد.
- ۱۴- از انجام فعالیت‌های ورزشی تا یک ماه خودداری کنید. پس از آن فعالیت‌های سبک مثل شنا (از شیرجه زدن بپرهیزید)، تردمیل بلامانع است. اما از انجام ورزش‌های توپی و رزمی تا ۶ ماه خودداری نمایید.
- ۱۵- از لباس راحت استفاده کنید (لباس یقه اسکی و مشابه نپوشید)
- ۱۶- در صورتی که تامپون داشتید در مورد زمان خروج آن به شما اطلاع داده خواهد شد.
- ۱۷- راه‌های ارتباطی و شماره تلگرام اینجانب در انتها نوشته شده است. در صورت بروز شرایط اورژانسی، فقط از طریق تلگرام تماس بگیرید. (خونریزی شدید از بینی از جمله شرایط اورژانسی است. شما می‌توانید سوالات متفرقه خود را در قسمت فرم سایت و یا از طریق تماس تلفنی با مطب از منشی بپرسید.

با تشکر

دکتر امین آمالی، متخصص گوش، حلق و بینی، جراح پلاستیک بینی و صورت



www.draminamali.com



+989351388023



@draminamali