

## موضوع:

# رینوپلاستی



## تهیه و تنظیم:

واحد آموزش سلامت

مرکز آموزشی درمانی بوعلی سینا

تابستان ۱۴۰۳

- ✓ تا چند هفته اول از پایین انداختن سر و بلند کردن اجسام سنگین، همچنین فعالیت های شدید ورزشی خودداری کنید.
- ✓ چسب زدن در جهت کاهش تورم و چسبیدن پوست بینی به اسکلت انجام میشود پس در نحوه چسب زدن بینی دقت کنید.
- ✓ از قرار گرفتن در معرض آفتاب یا لامپ های پر نور پرهیز کنید.
- ✓ کبودی اطراف بینی در گونه ها و زیر پلک چشم پس از انجام عمل جراحی بسیار شایع است. این کبودی، دو هفته پس از عمل جراحی به طور کامل برطرف می شود.
- ✓ بی حسی بینی پس از انجام عمل جراحی رینوپلاستی کاملاً عادی است. احساس شما روی بینی به مرور زمان بازمی گردد. تا سه ماه پس از انجام عمل جراحی بینی، ممکن است شما کمی بی حسی و احساس خشک شدگی روی بینی خود داشته باشید.
- ✓ از شستن موهای سر تا یک هفته پس از جراحی خودداری کنید.

## مراقبت های پس از ترخیص:

- ✓ داروهای تجویز شده را در زمان صحیح مصرف کنید.
- ✓ در زمان تعیین شده حتما جهت ویزیت پزشک معالج مراجعه کنید.
- ✓ بعد از جراحی بینی، مسافرت با هواپیما در روزهای اول توصیه نمی شود.
- ✓ از خندیدن، گریه کردن، صحبت کردن زیاد و حرکت بیش از حد صورت در هفته های اول خودداری نمایید.
- ✓ از خوردن نمک زیاد خودداری کنید.
- ✓ 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. برای بهتر شدن طعم آب کرفس می توانید آن را با آب هویج مخلوط کنید.
- ✓ هنگام استراحت و خواب چند بالش زیر سر خود بگذارید.
- ✓ هنگام مسواک زدن از مسواک نرم استفاده کنید.
- ✓ از مصرف غذاهای سفت که نیازمند جویدن طولانی است بپرهیزید.
- ✓ تا دو ماه نباید از عینک طبی یا آفتابی استفاده کنید.
- ✓ به مدت حداقل یک ماه از شنا کردن پرهیز کنید.

## رینوپلاستی چیست؟

جراحی زیبایی بینی که با تغییر استخوان یا غضروف انجام می شود ، جراحی رینوپلاستی است.

جراحی **رینوپلاستی** یکی از رایج ترین انواع جراحی پلاستیک است.

## دلایل جراحی رینوپلاستی:

افراد برای ترمیم بینی خود بعد از آسیب دیدگی ، برای اصلاح مشکلات تنفسی یا نقص هنگام تولد ، یا به دلیل اینکه از ظاهر بینی خود ناراضی هستند ، جراحی زیبایی بینی انجام می دهند .

## مراقبت های قبل از عمل:

- ✓ حداقل از ۸ ساعت قبل عمل ناشتا بمانید.
- ✓ در صورت سابقه مصرف دارویی حتما به پزشک معالج اطلاع دهید.
- ✓ روز قبل از عمل به میزان کافی آب بنوشید.
- ✓ لطفا قبل از رفتن به اتاق عمل از خالی بودن مثانه خود اطمینان داشته باشید
- ✓ در روز عمل هیچگونه زیورآلاتی نباید داشته باشید

## ✓ مراقبت های پس از عمل:

- ✓ پس از عمل بینی شما بسته است و تنها از راه دهان میتوانید نفس بکشید.
- ✓ حداقل تا ۲۴ ساعت بعد از عمل از کمپرس سرد در اطراف بینی و زیر چشم برای کاهش کیودی و تورم استفاده کنید.
- ✓ 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 ... پرهیزید.
- ✓ در صورت بروز هر گونه درد و مشکل یا خونریزی شدید حتما به پرستار خود اطلاع دهید.



✓ در ساعتهای ابتدایی پس از جراحی خونریزی جزئی به صورت نشت خون از کنار پانسمان بینی امری طبیعی است و به هیچ وجه نگران کننده نیست. در این شرایط شما می توانید با دستمال کاغذی مرطوب صورت خود را تمیز کنید.

✓ اسپیلنت گچی و چسب روی بینی تا حدود یک هفته پس از عمل باقی خواهد ماند.

✓ از دستکاری گچ و چسب روی بینی خودداری کرده و آن را همواره خشک نگه دارید.

✓ خروج از تخت با دستور پزشک صورت می گیرد. که باید قبل از خروج از تخت ابتدا یک ربع ساعت بر لبه تخت نشسته و در صورت نداشتن سر گیجه، تخت خود را ترک کنید. حتما از پایین آمدن ناگهانی از تخت خودداری کنید .

✓ شیب ۳۰ درجه زیر سر را با قرار دادن چند بالش زیر سر خود یا بالا بردن سر تخت حفظ کنید و سر خود را به سمت عقب نگه دارید.

✓ از فین کردن و فشار به بینی پرهیزید چون ممکن است سبب خونریزی شود.

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