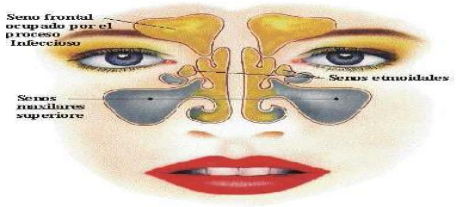
دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه

توصیه های بعد از عمل رینوپلاستی (زیبایی بینی)



بیمار گرامی برای بهبودی سریعتر به نکات زیر توجه فرمایید:

۱-درازکشیدن بعدازعمل باعث تورم بینی شما میشود لذا سعی کنید بعد ازعمل حتماً تا ۷۲ ساعت برای استراحت زیرسر به اندازه ی دو بالش بلند باشد.

۲-بایدتا ۷۲ ساعت به فواصل یک ربع ساعت بطورمتناوب ازکمپرس سرداستفاده کنید. چند تکه یخ راخردکرده وداخل کیسه فریزر ریخته و روی صورت،گونه ها و لب بالا قرار دهید،این کار باعث میشود ورم وکبودی صورت شما به حداقل برسد.(کمپرس یخ روی بینی قرارنگیرد)

۳- مسکن طبق تجویزپزشک استفاده شود

۴-از روز سوم به بعد کارهای سبک مثل کارهای سبک منزل،کارهای اداری،کار باکامپیوترو ... بلامانع است..

۵- پس ازعمل می بایست از فین کردن خودداری نمود ه وعطسه با دهان باز انجام شود و ازحرکات شدید صورت درهنگام خنده و نیز ازگریه خودداری شود.

۶- تا دو هفته ازخم کردن بدن و پایین آوردن سرخودداری شود.

۷-ازنزدیک شدن کودکان و بغل کردن انها جهت جلوگیری ازصدمات احتمالی به بینی تا دو هفته اجتناب شود.

۸-تا وقتی که گچ برروی بینی شماست باید ازلباسهایی استفاده کنید که ازجلو توسط دگمه یا زیپ بازمیشوند و برای پوشیدن آن لازم نباشد ازروی سرکشیده شوند.

۹ ـبرای استحمام باید به وسیله دوش دستی ازگردن به پایین رابشویید و بعد بخوابید تا شخص دیگری موهای شما را بشوید بدون اینکه پانسمان شما خیس شود.

۱۰- تا شش ماه ازعینک استفاده نشود.

۱۱- هیچ محدودیت غذایی وجود ندارد (به جزغذاها ومیوه هایی که نیازبه جویدن طولانی یا گاز زدن دارد مانند کباب برگ،ساندویچ،سیب و امثال آنها که درهفته‌های اول باید پرهیزشود) روزهای اول پس ازجراحی بهتراست گوشت و مواد مغذی ابتدا درمخلوط کن نرم شود تاجویدن کمتری لازم باشد همچنین ازخوردن چای و قهوه داغ دراین روزها اجتناب شود.نوشیدن مایعات کافی به رفع خشکی دهان کمک می‌کند.

داروهای مصرفی منزل:

زمان و مکان مراجعه بعدی:

در صورت هر گونه پرسش با شماره ۱۹-۱۶ ۵۲۲۲۶۰داخلی ۲۵۰تماس بگیرید

کمیته آموزش به بیمار بیمارستان آموزشی –درمانی نهم دی تربت حیدریه