



مقدمه:

عمل رینوپلاستی جراحی است که به منظور اصلاح فرم و ظاهر بینی انجام می شود. اشکالات ظاهری بینی ممکن است متعاقب ضربه یا شکستگی ها رخ داده و یا حالت موروثی داشته باشند. در صورت وجود مشکل تنفسی در نتیجه انحراف تیغه وسط بینی (سپتوم) ممکن است عمل جراحی سپتوپلاستی نیز همزمان صورت گیرد.

در عمل رینوپلاستی قسمت هایی از بینی که وظیفه شکل دهی را به عهده دارد شامل استخوان ها، غضروف ها با وسایل و روش های مختلف تغییر داده می شوند. چسب و گچ قرار داده شده روی بینی بدین منظور است که نواحی شکل داده شده بینی ثابت باقی بمانند لذا محافظت از آن ها اهمیت دارد.

مراقبت های بعد از جراحی رینوپلاستی

پرهیز از خوردن غذاهای سفت که به جویدن نیاز دارد و از غذاهای میکس شده و نرم مصرف نماید. هم چنین افزایش تعداد دفعات آن و کاهش حجم مواد غذایی توصیه می شود.

کمپرس سرد تا ۲۴ ساعت اول بعد از عمل جراحی هر دو ساعت یک بار به مدت ۲۰ دقیقه برای کاهش تورم، کبودی های اطراف بینی و کاهش خونریزی به نحوی که روی پیشانی و گونه ها باشد و هیچ گونه فشاری روی بینی اعمال نکند.

به طور معمول بعد از عمل تورم و کبودی اطراف چشم ها رخ می دهد و ممکن است تا دو روز بعد از عمل افزایش یابد. احتمال خونریزی زیر ملتحمه (به صورت قرمزی و لکه خون در سفیدی چشم) وجود دارد ولی نگران کننده نیست و معمولاً به صورت خود به خود یک تا دو هفته برطرف می گردد. فروکش کردن کل تورم ممکن است ۶ ماه به طول بیانجامد.



راهنمای خودمراقبتی

بیماران

رینوپلاستی

بیمار گرامی / همراه عزیز:

باسلام و آرزوی سلامتی شما

با مطالعه نوشتار حاضر ابتدا با

ماهیت بیماری تان و سپس با نحوه

مراقبت از خود آشنا می شوید.

تأیید کننده:

دکتر محمد حسین برادران فر (جراح و متخصص گوش، حلق و بینی و سرو گردن)

تنظیم کننده:

دفتر پرستاری

(دپارتمان آموزش به بیماران)

مقداری خونریزی بعد از عمل طبیعی محسوب می شود و معمولاً به تدریج متوقف می شود. در صورت نیاز می توان پانسمان زیر بینی را تعویض نمود.

احساس ناراحتی بعد از عمل و درد خفیف غیرعادی نیست. در این گونه موارد آرام باشید و در صورت لزوم از مسکن تجویز شده استفاده نمایید. در صورت درد شدید پزشک خود را مطلع نمایید.

بعد از عمل در طی مدتی که گچ روی بینی قرار دارد بیشتر استراحت نمایید. بهترین پوزیشن برای استراحت به حالت نیمه نشسته (دوبالشی زیر سر) می باشد که به کاهش تورم کمک می کند.

در طی شش هفته بعد از عمل از عینک حتی المقدور استفاده ننماید. در صورتی که شدیداً به عینک نیاز داشتید آن را با چسب به ناحیه پیشانی بچسبانید تا روی گچ قرار نگیرد. استفاده از لنزهای چشمی از روز سوم یا چهارم بعد از عمل بلامانع است. استفاده از لنزهای زیبایی حداقل یک هفته بعد از عمل توصیه نمی شود.

حداقل به مدت دو هفته از خندیدن، گریه کردن، صحبت کردن طولانی و حرکات اضافی صورت خودداری کنید.

برای مسواک زدن از مسواک نرم استفاده کنید و این کار را با ملایمت انجام دهید.

در طی مدتی که گچ دارید از لباس راحت استفاده نمایید. سعی کنید در طی این مدت لباسی بپوشید که از جلو باز و بسته شوند. از پوشیدن لباس هایی که دکمه ندارند و عبور آن از سر به سختی می باشد خودداری نمایید.

شست و شوی بدن بعد از جراحی بلامانع است به شرط این که بخار حمام در حدی نباشد که موجب شل شدن گچ شود. بنابراین حتی المقدور حمام کوتاهی بگیرید. موها را به کمک فرد دیگر و از عقب می توانید بشوئید. حتی المقدور از دستکاری چسب و گچ روی بینی خودداری کنید.

روزی که قرار است گچ و چسب شما باز شود دوش بگیرید و سر را نیز بشوئید و اسپلینت را خیس ننمائید تا برداشتن آن راحت تر شود.

در طی هفته بعد از عمل از فین کردن یا تمیز کردن داخل بینی حتی با گوش پاک کن اجتناب نمائید. در صورت احساس گرفتگی از قطره تجویز شده استفاده نمائید. انجام فعالیت های سبک و معمولی در طی هفته اول بعد از عمل بلامانع است ولی از فعالیت های سنگین خودداری نماید. هرگونه فعالیت سنگین بی مورد طی این مدت سبب شل شدن گچ و نیز افزایش تورم بینی می شود.

آموزش های لازم بعد از برداشتن گچ

حداقل ۲ هفته بعد از عمل از فین کردن بینی اجتناب کنید. در صورت گرفتگی از قطره سدیم کلراید استفاده نمائید.

بعد از برداشتن گچ می توانید رژیم غذایی معمولی داشته باشید ولی حداقل تا ۴ هفته بعد از عمل آدامس نجوید.

بعد از برداشتن گچ می توانید به صورت معمولی حمام کنید ولی صورت خود را به صورت مستقیم زیر فشار آب مانند دوش قرار ندهید و دو ماه از شنا کردن و سونا رفتن خودداری کنید. انجام ورزش های مانند پیاده روی یا دویدن بعد از ۴ هفته از عمل بلامانع است. ولی از انجام ورزش هایی مانند فوتبال، والیبال، شنا، کشتی یا ورزش های رزمی حداقل ۸ هفته بعد از عمل جراحی خودداری کنید.

به علت دستکاری عصبی حسی پوست احساس بی حسی، گزگز و مور مور بینی بعد از عمل شایع است. این حالت موجب می شود تصور کنید بینی یا لب بالا بزرگتر از حد عادی است. این مورد معمولاً چند ماه بعد از چند ماه از بین می رود.