

## نکات توصیه ای:

هفته اول: استراحت کامل داشته واز رژیم

غذایی مایعات استفاده نمایید.

کمپرس سرد تا ۴۸ ساعت اول هر دو ساعت

یکبار به مدت ۲۰ دقیقه روی کبودی ها

کمپرس گرم ۴۸ ساعت دوم برای کم کردن

کبودی و تورم به همان صورت انجام شود..

مصرف آناناس و آب کرفس تازه بعد عمل

جهت تسریع در بهبودی و تورم و کبودی بعد

عمل موثر است.

نکات مهم برای نقاهت سریع بینی پس از

جراحی:

-تادو هفته پس از عمل از بالا کشیدن بینی

یا فین کردن شدیداً خودداری کنید و عطسه

با دهان باز انجام شود.

-تا دو هفته از خنده شدید و لبخند عمیق

خودداری کنید.

-از پوشیدن لباسی که مستلزم کشیدن آن

روی سرتان می باشد خودداری کنید.

-در هفته اول بعد عمل در موقع خواب

سرتان را بالاتر (حداقل دو بالش زیر سر) قرار

دهید.

با آرزوی سلامتی و موفق باشید



بیمارستان ولیعصر (عج) اقلید

## راینوپلاستی

گرد آورنده: زهرا زینلی کارشناس ارشد پرستاری

بازنگری شده: تابستان ۱۴۰۱

منبع: پرستاری داخلی جراحی برونر سوارث

کد سند: VAL-ASC-PAM/45/1 ب

## راینوپلاستی چیست؟

راینوپلاستی یا جراحی زیبایی بینی در لغت از دو کلمه رینو به معنای بینی و پلاستی به معنای اصلاح یا زیبا کردن است.

مهمترین خصوصیت در پوست بینی که در عمل جراحی زیبایی تاثیر مستقیم بر نتایج دارد ضخامت آن است و از بدشانسی پوست بینی تنها قسمتی از ساختار بینی است که جراح کمترین قدرت مانور و اعمال تغییرات را دارد.

علاوه بر این تمایل ذاتی برای بر جای گذاشتن اسکار و قابلیت ارتجاعی پوست، خاصیت مهم دیگر پوست بینی هستند که می توانند روی نتایج جراحی بینی

## مراقبت های بعد عمل :

۱- شستشوی داخل بینی با سرم نمکی و تمیز کردن ورودی بینی با گوش پاکن (به مدت ۶ ماه روزی سه بار)

۲- رژیم غذایی نرم کم نمک و کم شیرینی  
۳- مصرف مایعات و مواد پروتئینی به طور فراوان

۴- آب میوه طبیعی مصرف واز خوردن کمپوت ها پرهیز کنید

۵- فین کردن تا سه هفته ممنوع می باشد.  
۶- از مسواک نرم جهت شست و شوی دندان ها استفاده کنید.

۷- استفاده از استخر، سونا، ورزش تا ۸ هفته ممنوع است.

۸- عینک زدن تا شش هفته ممنوع  
۹- در برابر گرما و سرمای شدید قرار نگیرید.  
۱۰- خوابیدن به پهلو تا ۳ هفته ممنوع  
۱۱- از مصرف قرص ویتامین ای، آسپرین، آکسار و متممی مسکن ها از یک هفته قبل عمل و داروی راکوتان (۶ ماه قبل عمل) پرهیز نمایید .

۱۲- در هنگام حمام از خیس کردن چسب ها در هفته اول بعد عمل پرهیز کنید.  
۱۳- بینی شما ممکن است در روز اول بعد عمل ترشح خونی رقیق داشته باشد آن را با گوش پاک کن تمیز نمایید.  
۱۴- بعد از برداشتن چسب بینی تا سه ماه از ضد آفتاب استفاده نمایید.