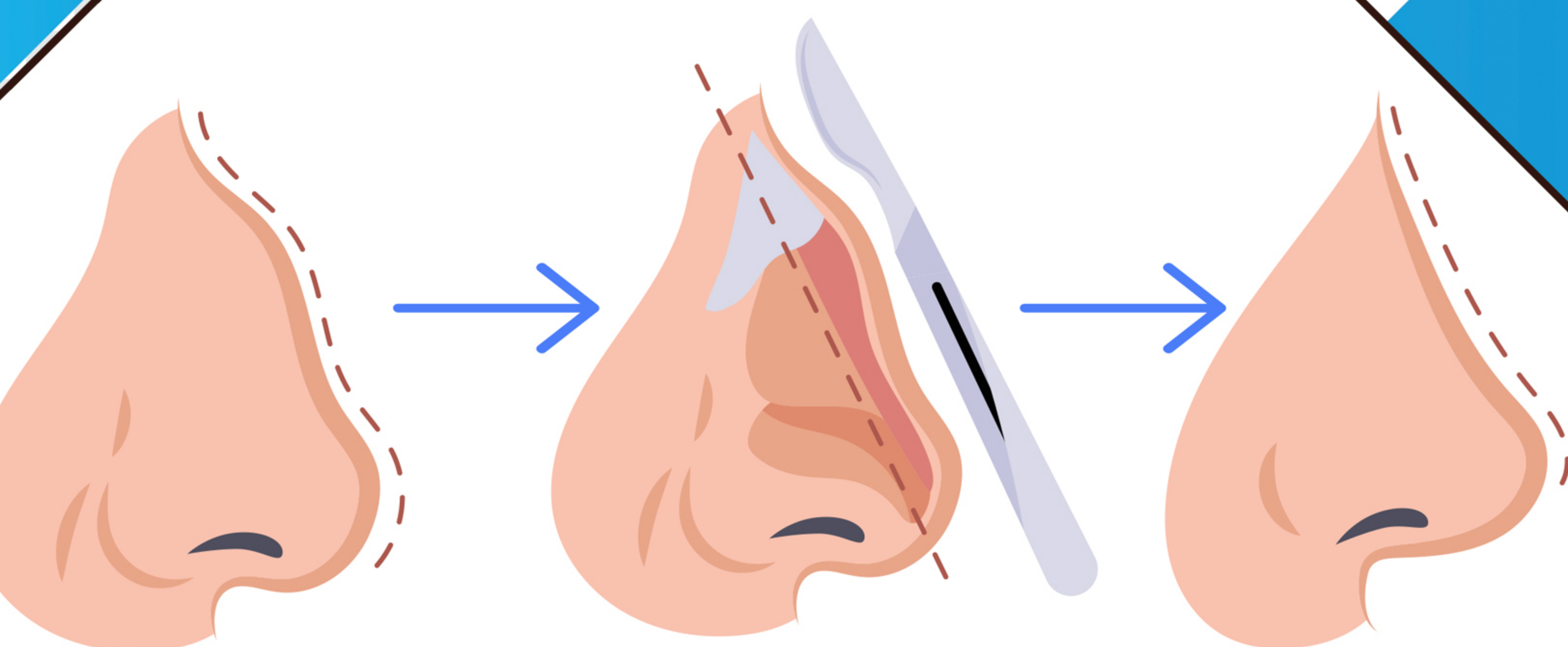




Cartilage and bone
to be removed



Open Rhinoplasty

Incision made across the tissue
between the nostrils and within the
nostrils.



Closed Rhinoplasty

Incisions made within the
nostril.

رینوپلاستی

رینوپلاستی یا جراحی پلاستیک بینی :

به عمل جراحی گفته می شود که باعث تغییر شکل ظاهری بینی می شود. این عمل، جراحی پیچیده و حساسی است که برای اصلاح بدشکلی های ظاهری بینی، بازسازی و رفع اختلالات ساختمانی بینی که باعث زشتی و عدم تناسب بینی با صورت میگردد انجام می شود.

آموزش خود مراقبتی :

* مراقبت های قبل از عمل

- اگر سابقه بیماری شناخته شده قبلی، مصرف داروی خاص، سابقه بیماری فامیلی به خصوص بیماری خونریزی دهنده (مانند هموفیلی و ...) سابقه بستری قبلی و جراحی قبلی، سابقه بد جوش خوردن زخم های پوستی و تشکیل اسکار یا همان گوشت اضافه) را دارید، حتماً قبل از اخذ پذیرش اطلاع دهید.
- لازم است از دو هفته قبل و بعد عمل، از مصرف داروهای مسکن از خانواده آسپرین مانند بروفن، دیکلوفناک، ناپروکسن و ... خودداری نمایید. برای تسکین درد فقط می توانید از استامینوفن استفاده کنید.
- شب قبل عمل یا صبح قبل عمل استحمام نمایید.
- در صورت داشتن حساسیت به دارو یا به مواد غذایی (مانند تخم مرغ و ...) اطلاع دهید.
- مصرف سیگار برای سلامتی بطور کلی زیان آور است و بر روی نتیجه جراحی پلاستیک نیز تاثیر منفی دارد، حداقل یک ماه قبل، آن را ترک نمایید.
- در صورتیکه سرماخوردگی اخیر یا زخم پوستی مانند تبخال دارید یا حساسیت پوستی به چسب، اطلاع دهید.
- آقایان محترم بایستی قبل از بستری صورت خود را به طور کامل اصلاح نمایند.
- خانم های محترم در روز بستری از آرایش صورت جدا خودداری نمایند مواد آرایشی در ناحیه جراحی بینی باعث مزاحمت می شوند.
- از ساعت ۱۲ نیمه شب قبل عمل، خوردن و آشامیدن را متوقف کنید.

آموزش خود مراقبتی :

*** مراقبت های بعد از عمل**

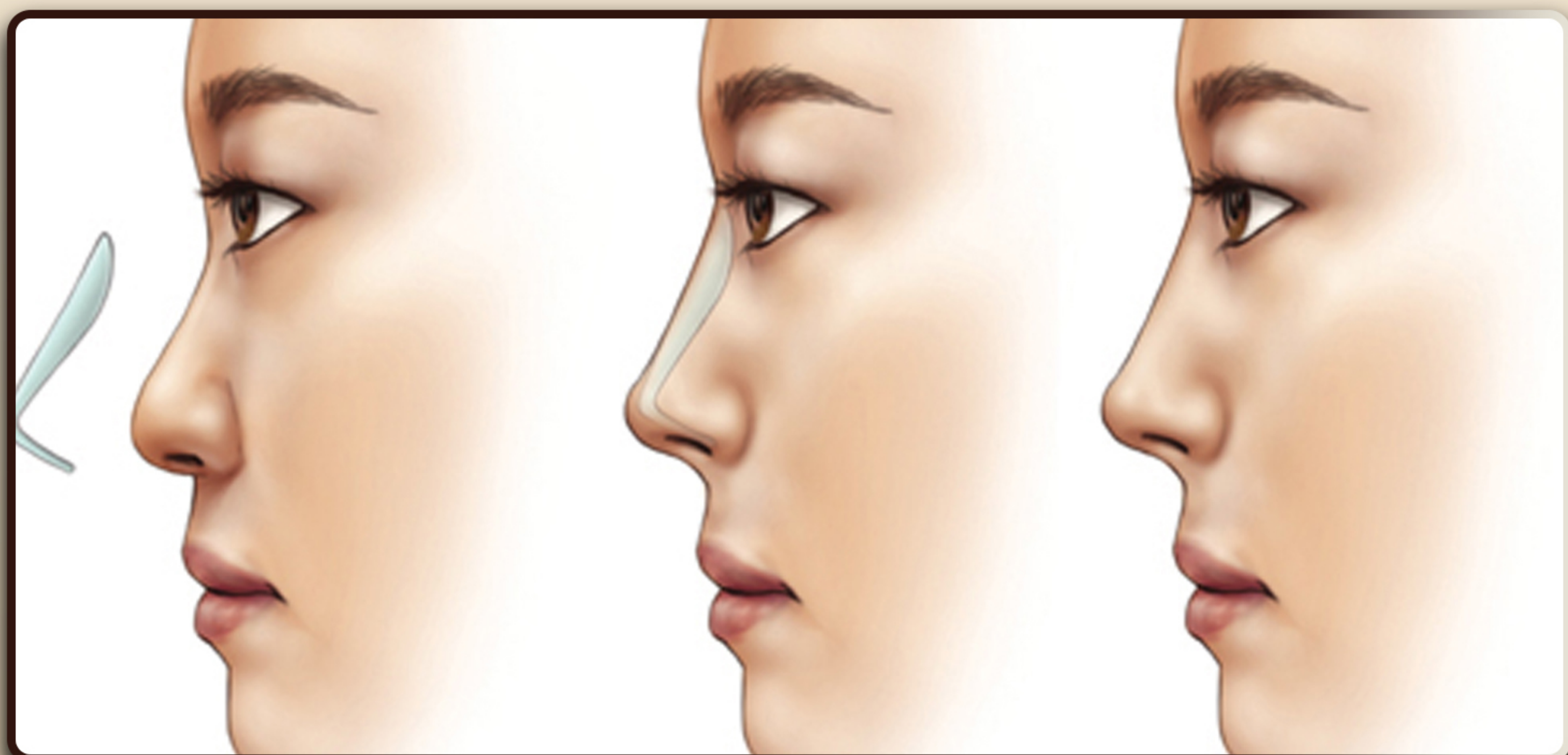
- عمل جراحی شما با بیهوشی انجام می شود.
- بعد از خروج از بیهوشی ، بینی شما با پانسمان مسدود شده است، بنابراین به خاطر داشته باشید که باید «با دهان باز» تنفس کنید.

*** مراقبت های پس از ترخیص**

- 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.
- تا وقتی به شما گفته نشده است از فین کردن پرهیزید.
- در صورت نیاز به پاک کردن ترشحات بینی روزانه در چند نوبت سرم نمکی نرمال با استفاده از سرنگ ۵ سی سی در بینی خود بریزید.
- بهتر است در هنگام خواب نیم تنه خود را بالاتر از پاها قرار دهید تا ورم کمتری در ناحیه صورت ایجاد شود. می توانید با گذاشتن بالش در زیر تشک شیبی حدود ۳۰ درجه ایجاد کنید. نشستن یا ایستادن در روز اول بهتر از دراز کشیدن است، زیرا به کاهش ورم کمک می کند.

آموزش خود مراقبتی :

- در هفته های اول پس از عمل از فعالیت های ورزشی های سنگین و تماس جنسی اجتناب کنید به ویژه از ورزشهای رزمی یا ورزشهایی که با احتمال خوردن توپ به بینی همراه هستند باید زمان بیشتری را اجتناب کنید.
- از روز دوم می توانید از غذاهای نرم استفاده کنید باید از خوردن غذاهای سفت که نیاز به جویدن دارند خودداری شود تا به بینی آسیب وارد نشود . غذاهای میکس شده ، نرم و آبکی مانند سوپ بهترین گزینه برای استفاده هستند . لازم است از خوردن مایعات داغ مثل چای و قهوه خودداری شود و از رژیم غذایی مایعات سرد استفاده کنید .
- هنگام ترخیص، دستورات دارویی و زمان مراجعه را چک کنید. در مصرف دارو دقیق و مطیع کامل باشید.
- برای یک ماه از شنا کردن بپرهیزید.
- تا ۶ ماه از ضربه زدن به بینی جدا خودداری کنید.



آموزش خود مراقبتی :

- در داخل بینی پانسمان مخصوص دارید که بسته به شرایط عمل چند ساعت تا چند روز پس از عمل در بیمارستان یا در مطب خارج میشود. از دستکاری بینی خودداری شود.
- اسپلینت سفید رنگی روی بینی معمولاً هفت تا هشت روز بر روی بینی میماند و سپس توسط جراح برداشته میشود و به جای آن چسب زده میشود.
- پس از برداشتن پانسمان بینی و بخیه ها، لازم است از پماد چرب کننده و نیز قطره یا سرم شستشو استفاده کنید که باید نحوه استفاده از آن را یاد بگیرید.
- در ماه های اول از قرار گرفتن در زیر نور آفتاب و محیط های خیلی گرم مثل سونا خودداری نمایید زیرا حرارت موجب تورم بافت ها می شود.
- از صحبت کردن طولانی و مکالمات تلفنی و فعالیتهای اجتماعی زیاد حداکثر به مدت دو هفته اجتناب کنید.
- با مسواک نرم و ملایم دندانهایتان را بشویید.
- لنزهای تماسی را می توانید پس از ۲ یا ۳ روز بعد از عمل به کار برید.
- از لبخند زدن و عطسه کردن با دهان بسته و حرکات بیش از حد صورت به مدت یک هفته اجتناب کنید.
- به مدت ۱ هفته لباس هایی بپوشید که از جلو یا عقب بسته شوند. از پوشیدن پولیور، تی شرتهای تنگ و پیراهن های یقه اسکی خودداری کنید.
- برای حداقل ۴ هفته از بکار بردن عینک طبی یا آفتابی که بر پل بینی فشار وارد می کنند اجتناب کنید.

آموزش خود مراقبتی :

- قبل از برداشتن گچ در صورت نیاز به استحمام، از وان یا ریختن آب با ظرف روی بدن استفاده کنید. از دوش گرفتن جدا خودداری و زمان حمام کوتاه باشد و از گرمای زیاد و بخار اجتناب کنید زیرا موجب تورم بیشتر بینی باعث خیس شدن پانسمانها خواهد شد.

- اگر پس از برداشتن پانسمان، بینی، چشمها و لب فوقانی دچار تورم و تغییر رنگ شده اند نگران نباشید: این موارد معمولاً در عرض ۲ یا ۳ هفته و در بعضی از بیماران ممکن است رفع کامل تورم به ۶ ماه زمان نیاز داشته باشد.

- آموزش سلامت:

از مصرف دخانیات، مشروبات الکلی اجتناب نمایید. از استرس و اضطراب دوری نمایید، از داشتن اضافه وزن پرهیز نمایید.

