



دستورالعمل های قبل و بعد از جراحی بینی

لطفا با دقت مطالعه بفرمایید و در صورت ابتلا به هر یک از موارد زیر آن را به پزشک اطلاع دهید.

- سابقه مصرف دارو.
- سابقه اعتیاد و مصرف مخدر ها.
- سابقه بستری و جراحی (حتی سرپایی).
- سابقه جراحی پولیپ ، انحراف ، سینوس و غیره.
- سابقه بیماری های قلبی ، دیابت و آسم ، تیروئید و فشار خون و افسردگی.

✓ اقدامات قبل از جراحی بینی

- آقایان صورت خود را شیو کنند.
- شب قبل از عمل حتما دوش بگیرید.
- هشت ساعت قبل از عمل ناشتا باشید.
- خانم هایی با موهای بلند ، موهایشان دو گوش بافته شود.
- تنها ساعت جراحی باقی خواهد ماند ، که اطلاع داده می شود.
- کارت شناسایی معتبر و یک همراه را در روز جراحی داشته باشید.
- اگر انگشت اشاره دست چپ لاک یا کاشت دارد آن را ریموو کنید.
- وسیله های فلزی مثل گوشواره و پیرسینگ و غیره را به همراه نداشته باشید.
- آزمایشات و عکس چهره همراه با سی تی اسکن و دفترچه بیمه را همراه خود داشته باشید.
- به طور کلی برای مصرف دارو و تغذیه توصیه میکنیم که یک هفته قبل تا دو هفته بعد از جراحی ، از خوردن آسپیرین و پلاویکس ، ژلوفن و بروفن ، ویتامین E و جینکو ، سیر و پیاز و زردچوبه زیاد و آب انبه پرهیز شود.

✓ مراقبت های بعد از جراحی بینی

بلافاصله پس از جراحی تا یک هفته بعد :

- داروها تماما تا آخر مصرف شود.
- حتما با دهان باز عطسه کنید.
- قطره فنیل افرین تا سه روز استفاده شود.
- گرما یا سرمای شدید تورم بینی را بیشتر می کند.
- از فعالیت های ورزشی سنگین تا شش ماه خودداری کنید.
- مایعات فراوان ، آب آناناس و آب کرفس فراوان مصرف کنید.
- غذاهای نرم با قاشق های کوچک قابل خوردن است. (گوشت ، خورش و برنج)



- برای مراقبت از بخیه ها ، حرکات مثل خنده و گریه را محدود کنید.
- برای برداشتن گچ از داروخانه تیغ بیستوری یازده تهیه کنید و همراه خود بیاورید.
- کیسه یخ عینکی از داروخانه تهیه کنید و تا سه روز مرتباً بر روی چشم ها بگذارید تا ورم کمتر شود.
- راه بروید و فعالیت های عادی داشته باشید . هرچه بیشتر بخوابید ورم و کبودی بینی بیشتر می شود.
- وجود ترشحات و خونابه تا 48 ساعت طبیعی است. اگر خونابه ندارید ، نیازی به گاز زیر بینی نیست.
- یک ساعت قبل از آمدن پیش دکتر برای برداشتن گچ ، دوش کوتاهی بگیرید که صورت و گچ کمی خیس شود اما کنده نشود.
- تامپون در سوراخ های بینی موجود نیست ، گاز زیر بینی را بردارید ، سرنگ را از سرم پر کرده ، جلوی آینه بدون سوزن و آرام به داخل بینی بزنید. (روزی ده مرتبه)
- تا هفته آینده بعد از عمل که می خواهید گچ بینی را بردارید ، حمام رفتن به این صورت است که سر را جدا و بدن را جدا مثل آرایشگاه بشویید و صورت و گچ بینی خیس نشود.
- هنگام خواب دو عدد بالش زیر سر بگذارید و سر را کمی بالا تر از بدن نگه دارید. با پماد همواره روی بخیه ها را چرب نگه دارید. (تا یک هفته از پماد تتراسایکلین استفاده کنید.)

از هفته دوم به بعد (بعد از برداشتن گچ) :

- شست و شوی بینی با سرم شستشو ، حداقل دو ماه ادامه یابد.
- حداقل تا 2 الی 3 ماه بعد از عمل ، از کشیدن سیگار و قلیان خودداری کنید.
- تا دو ماه پس از عمل به هیچ وجه گریه نکنید چون تورم بسیار تشدید می شود.
- بعد از برداشتن گچ ، به مدت دو تا شش ماه از پماد ترمیم کننده جای بخیه استفاده کنید.
- از هفته دوم به مدت دو ماه ، حوله گرم به منظور کاهش تورم ، روی بینی گذاشته شود. (هر 2 الی 3 ساعت ، به مدت 15 دقیقه)
- نیازی به محکم زدن چسب بینی نیست ؛ مطابق آموزش پزشک ، چسب را بدون هیچ فشار و کششی روی بینی بزنید.
- 2 الی 3 ماه بعد از عمل ، از خوردن غذاهای شور ، آماده ، کنسروی ها ، ادویه جات و فست فود ها برای کاهش ورم بینی بپرهیزید.
- ویژگی های بعد از جراحی در ماه اول حداقل هفته ای یکبار و از ماه دوم بنا به صلاح دید پزشک انجام شود. (حداقل ماهی یکبار در چهار ماه اول و سه یا چهار ماه یکبار تا یک سال بعد از عمل)