

بسمه تعالی

تشکر از شما که اینجانب را جهت جراحی زیبایی بینی انتخاب کرده‌اید. اینجانب و تیم ورزشی و همراهِ من، تمام سعی و تلاش خود را جهت انجام باکیفیت‌ترین جراحی به منظور حصول بهترین نتیجه برای شما انجام خواهیم داد. جراحی زیبایی بینی باهدف زیباتر نمودن شکل بینی و متناسب ساختن آن با سایر اجزای صورت، ضمن حفظ عملکرد اصلی بینی (تنفس) انجام می‌شود. در این دفترچه اطلاعات کاملی درباره اقدامات و توصیه‌های بعد از عمل جراحی زیبایی بینی (رینوپلاستی) بیان شده و همچنین تلاش شده به بخش گسترده‌ای از سؤالاتی که ممکن است در ذهن شما ایجاد شود، پاسخ داده شود؛ لذا خواهشمندم اطلاعات و دستورالعمل‌های زیر را به دقت مطالعه فرمایید. امیدوارم با توجه و رعایت نکات و توصیه‌های ذکر شده، دوران نقاهت خوب و آرامی را داشته باشید. توجه کنید که تغییرات و شکل بینی هر فرد متناسب با ابعاد و اجزا صورت خودش می‌باشد و توسط اینجانب برای شما توضیح داده خواهد شد. گاهی عکس‌هایی توسط مراجعه‌کنندگان نشان داده می‌شود که زیبا، متقاضی ایجاد آن فرم بینی می‌باشد باید دقت کرد که فرم بینی هر فرد متناسب صورت خودش می‌باشد و در همان صورت زیبا دیده می‌شود و الزاماً برای هر صورتی مناسب نخواهد بود. در جراحی زیبایی بینی الزامات و محدودیت‌هایی وجود دارد که باید با هم فکری و راهنمایی اینجانب به فرم یا مدل مناسب و زیبا رسید.

اقدامات هفته اول پس از عمل

خروج خون و خونابه از اطراف پانسمان جلوی بینی می‌تواند تا چندین ساعت بعد از جراحی (گاهی حتی تا ۴۸ ساعت) وجود داشته باشد که نشانه خونریزی نبوده و نیاز به اقدامی ندارد؛ ولی در صورت بروز خونریزی مداوم که قطع نمی‌شود اینجانب را مطلع سازید. از آنجایی که پس از جراحی بعضی از بیماران دچار ضعف و بی‌حالی می‌شوند روز بعد از جراحی هر فعالیتی با احتیاط صورت گیرد. پیش‌بینی زمان ترخیص از مرکز جراحی تقریبی بوده و بستگی به حال عمومی بیمار دارد در صورتی که فرد راه‌رفته باشد چیزی خورده و تحمل کرده باشد، با صلاح دید پرستار، بخش، طی ۳ تا ۶ ساعت پس از ورود به بخش مرخص می‌شود. **ترجیحاً به مدت دو شب اول پس از جراحی به حالت طاق‌باز و همراه دو بالش زیر سر بخوابد و پس از آن می‌تواند آزادانه به پهلو بخوابد.** سعی کنید تا دو ماه پس از انجام عمل جراحی زیبایی بینی،

روی شکم نخواهید تا ناخودآگاه به بینی شما ضربه وارد نشود. داروهایی که هنگام ترخیص به شما داده شده است را تا آخر و طبق دستور پزشک مصرف نمایید. اگرچه غالب بیماران در بینی احساس فشار می‌کنند؛ اما خوشبختانه عموماً بیماران پس از انجام جراحی زیبایی بینی **شکایتی از درد نداشته‌اند**. در صورت بروز درد، فقط از قرص استامینوفن ساده و یا کدئین‌دار استفاده کنید که البته توسط اینجانب جهت شما تجویز شده است. مصرف مسکن‌های دیگر به علت افزایش خطر خونریزی جایز نیست. تأثیر خوراکی‌هایی که ادعا می‌شود باعث کاهش تورم و کبودی و افزایش سرعت بهبودی می‌شوند مثل آب آناناس و یا قرص آناهیل، آلوه‌ورا و کرفس، ثابت شده نیست ولی مصرف آن‌ها اشکال ندارد آبریزش خفیف بینی همراه با کمی خون و خونابه طی چند روز اول بعد از عمل جراحی بینی اشکالی نداشته و تدریجی قطع خواهد شد احتمال ایجاد اشک‌ریزش از چشم در چند روز اول پس از عمل جراحی زیبایی بینی به خصوص در مدت زمانی که تامپون داخل بینی می‌باشد، وجود دارد که نگران‌کننده نیست و خودبه‌خود قطع خواهد شد.

فین کردن بعد از عمل جراحی بینی به مدت یک ماه ممنوع است.

از پاک کردن داخل بینی با وسائلی مثل گوش‌پاک‌کن، اکیداً پرهیزید.

به مدت یک هفته پس از عمل جراحی بینی از بالا کشیدن بینی (تلاش برای کشیدن هوا با زور به داخل بینی کاری که برخی افراد انجام می‌دهند هنگامی که احساس گرفتگی بینی دارند) خودداری کنید. بالا کشیدن بینی احساس گرفتگی آن را برطرف نمی‌کند؛ بلکه آن را تشدید می‌کند؛ چون با این کار مکش ایجاد شده در، بینی ورم بیشتری ایجاد می‌کند. پس از جراحی پلاستیک بینی، بیشتر استراحت کنید و از مقاربت جنسی تا ۱۰ روز خودداری نمایید. رانندگی بعد از برطرف شدن کامل عوارض بیهوشی متعاقب عمل جراحی منعی نخواهد داشت (ترجیحاً حداقل ۳ روز بعد)

در صورت ایجاد علائم زیر فوراً اطلاع دهید:

خونریزی از بینی به صورت خون روشن و غیر خونابه‌ای و مداوم

تب بالای 38.5 درجه

تهوع و استفراغ مکرر

اسهال

درد شدید در ناحیه بینی

تنگی نفس

ضربان بالای قلب یا تنفس سریع

جوش‌های پوستی ریز فراوان منتشر در بدن

پس از خارج کردن تامپون داخل بینی به دلیل ورم و ترشحات داخل بینی، تنفس فرد ممکن است تا مدتی صدادار و کمی مشکل باشد و حتی ممکن است بینی در یک طرف یا دو طرف گرفتگی شدید داشته باشد. این مشکلات با شستشوی بینی و گذشت زمان (کاهش تورم داخل بینی) تدریجی برطرف خواهد شد. **خندیدن، صحبت کردن، خمیازه کشیدن و تکان دادن سر ضرری برای جراحی بینی نداشت و تأثیری در نتیجه عمل ندارد.**

از لباس‌هایی که باید از سرپوشیده شوند مثل انواع تیشرت یا بلوز یقه‌اسکی استفاده نکنید و به‌منظور اجتناب از تماس لباس با بینی توصیه می‌گردد از پیراهن‌هایی که دکمه از جلو دارند استفاده شود. پس از عمل **نیازی به استراحت مطلق** نیست و سعی کنید از فردای روز عمل راه بروید و فعالیت معمولی داشته باشید تا با بهبود گردش خون، بدن شرایط عمومی بهتری داشته باشید گاهی در روزهای اولیه بعد از عمل، بیمار احساس گلودرد می‌کند که ناشی از بیهوشی و لوله‌گذاری هنگام بیهوش نمودن است. این درد نیاز به مراقبت و اقدام خاصی ندارد و خودبه‌خود طی چند روز بهبود می‌یابد مسواک زدن در روزهای اول باید آرام انجام شود. بروز عطسه و آبریزش بینی در چند روز اول پس از عمل جراحی زیبایی بینی شایع بوده و نشانه سرماخوردگی نیست. لطفاً هنگام عطسه جلوی دهان خود را نگیرید و با دهان باز عطسه یا سرفه کنید تا به بینی شما فشاری وارد نشود.

در صورتی که تعداد عطسه‌ها مزاحم، باشد می‌توانید قرص آنتی‌هیستامین دکونژستان (یک قرص هر ۱۲ ساعت) مصرف نمایید ممکن است تا قبل از مراجعه جهت برداشتن گچ و کشیدن بخیه‌ها، تعدادی از بخیه‌ها شروع به افتادن کنند که نشانه فرایند ترمیم بوده و نگران‌کننده نمی‌باشد. کلیه بخیه‌های داخل بینی از نوع جذبی بوده و تدریجاً از سوراخ‌های بینی خارج می‌شوند که نبایستی موجب نگرانی شود.

در صورت آویزان شدن نخ‌ی از داخل بینی با استفاده از یک قیچی کوچک، آن را از بالاترین محل، ممکن، بدون کشیدن قطع کنید. در صورتی که به شما غضروفی اضافی تیغه بینی تحویل داده شده است، لطفاً آن‌ها را داخل یخچال یا فریزر نگهداری نمایید و در صورت کاهش الکل، آن به آن الکل سفید ۷۰ درجه اضافه نمایید. در صورت نیاز به اصلاح بینی به این غضروف‌ها نیاز خواهد بود. آرایش صورت در صورتی که به گچ و چسب‌ها آسیب نرساند، بلامانع است.

استفاده از پمادهای ترمیم‌کننده مثل، Cicalfade, Cicactive, Facedoux, Stratamed دکتر ژیلا و غیره روی بخیه‌ها در ترمیم بهتر مؤثر خواهد بود که می‌توانید از بعد از کشیدن بخیه‌ها، به مدت یک ماه‌روزی دو بار روی محل برش‌ها استفاده کنید. بروز جوش پوستی در صورت و اطراف بینی پس از عمل جراحی ایرادی ندارد و اغلب خودبه‌خود خوب خواهد شد و در موارد نادری نیاز به درمان جداگانه دارد

کشیدن سیگار و قلیان و مصرف مشروبات الکلی باعث تأخیر بهبودی و نیز تأخیر در کاهش تورم و کبودی می‌شوند.

تغییر صدا و بویایی پس از عمل

عمل زیبایی بینی در محدوده اعصاب بویایی قرار ندارد و به‌صورت مستقیم تأثیری بر بویایی ندارد؛ ولی تجمع ترشحات و نیز تورم بافتی بعد از عمل مانع از فعالیت صحیح گیرنده‌های بویایی شده و ممکن است به‌طور موقت و تا هنگام برطرف‌شدن ورم‌های داخل بینی و خروج تدریجی ترشحات و لخته‌های خون و برطرف‌شدن گرفتگی بینی اختلال بویایی وجود داشته باشد. اختلال بویایی به‌صورت کاهش حس بویایی و یا احساس بوی بد داخل بینی می‌باشد که تدریجی برطرف خواهد شد و شستشوی بینی با سرم به آن سرعت خواهد داد. همچنین به‌طور موقت و ناشی از گرفتگی بینی پس از جراحی، تا زمان برطرف‌شدن گرفتگی بینی، تغییر صدا وجود خواهد داشت. با توجه به اینکه امروز و با تکنیک‌های جدید، در عمل جراحی زیبایی بینی ساختمان‌های بینی حفظ شده و حتی تقویت و اصلاح می‌گردند، پس از تغییر صدا نخواهید داشت.

تامپون (مش) داخل بینی

بسیاری از بیماران از گذاشتن و به خصوص خارج کردن تامپون داخل بینی می ترسند. علت این امر شاید تجربه ناخوشایند بعضی از افراد ناشی از روش‌ها و ابزارهای قدیمی جهت قراردادن و خارج کردن تامپون بوده است که به دیگران منتقل شده است. امروزه تامپون‌ها بسیار محدود و کوچک تعبیه شده و به طور معمول 48 تا 72 ساعت و ندرتاً بیشتر، در داخل بینی شما باقی می ماند که در زمان ذکر شده روی همین دفترچه، جهت خارج سازی آن مراجعه می نمایید و با توجه به جنس بسیار نرم تامپون‌های مصرفی و نیز تکنیک‌های جدید جاگذاری تامپون‌ها، خروج آن به سادگی و بدون درد صورت می گیرد و جای هیچگونه نگرانی نیست. تا زمانی که تامپون داخل بینی وجود دارد به علت خروج ترشحات، باید پانسما زیرببینی نگه داشته شده و در صورت لزوم توسط خودتان تعویض شود. پس از خارج کردن تامپون، نیازی به پانسما زیر بینی نیست و باید به روشی که توضیح داده خواهد شد، داخل بینی با سرم شستشو داده شود.

اقدامات هفته دوم پس از عمل به بعد

1) استفاده از عینک بر روی گچ بینی بلامانع است. تا دوماه بعد از جراحی، نمی توان عینک را روی بینی قرار داد و در این مدت، عینک باید با چسب به پیشانی چسبانده شده و یا با هماهنگی اینجانب قالب مخصوص عینک برای شما تهیه گردد. استفاده از لنزهای تماسی بعد از روز چهارم مجاز است.

2) پس از 7 تا 10 روز بعد از عمل جراحی زیبایی بینی در تاریخ و ساعت ذکر شده روی جلد همین دفترچه جهت برداشتن اسپلینت (گچ روی بینی) مراجعه نمایید. لطفاً هنگام مراجعه جهت برداشتن گچ، یک عدد چسب یک سانتی مارک 3M و یک عدد تیغ جراحی شماره 11 تهیه کرده و همراه خود بیاورید بعضاً دیده می شود که گچ روی بینی، در بیمارانی که پوست چرب دارند زودتر از موعد شل شده و از روی بینی بلند می شود در صورت بروز چنین حالتی، لطفاً با چسب آن را در محل خود ثابت نموده و اینجانب و یا دستیارم را مطلع کنید.

3) به مدت حداقل دو ماه، به منظور اجتناب از تورم و تاخیر بهبودی، از آفتاب گرفتن یا سولاریوم و نورهای قوی پرهیز نمایید. در صورت لزوم از کلاه آفتابی یا ضد آفتاب و ترجیحاً هر دو استفاده کنید.

4) احتمالاً شنیده اید که افرادی که اطلاعات علمی کافی ندارند به شما توصیه میکنند که سرتان را پایین نگیرید زیرا با این کار بینی شما خواهد افتاد به این توصیه های غیر علمی توجه نکنید. **شما میتوانید سر خود را خم کنید و اتفاقی هم برای بینی شما نخواهد افتاد.**

5) ورزش کردن را می توانید با نرمش و دویدن آرام ، از یک ماه بعد از عمل شروع کرده، تدریجاً شدت آن را زیاد نموده و طی ۳ ماه بعد از عمل جراحی به شدت قبل از عمل برسانید. از شنا کردن تا ۳ ماه بعد از عمل و از شیرجه و طناب زدن تا ۶ ماه پس از عمل پرهیز کنید.

6) وجود بی حسی و احساس گزگز در نوک بینی دندان های جلویی و نیز لب بالا تا چند ماه بعد از عمل جراحی زیبایی بینی طبیعی است و به مرور زمان برطرف خواهد شد.

7) در بعضی موارد داخل بینی شما ورقه هایی از جنس سیلیکون یا فیلم رادیولوژی قرار داده می شود تا از چسبندگی و عود انحراف اجتناب شود که بسته به مورد یک تا شش هفته بعد خارج می گردد. به هیچ وجه به آن ها دست نزده و در صورت خروج خودبخود در اولین فرصت اطلاع داده و به مطب مراجعه نمایید.

کمپرس بینی

توصیه می شود به منظور کنترل شدت کبودی و نیز تورم ها در ۲۴ ساعت اول پس از عمل به صورت متناوب (هر یک ساعت، به مدت ۱۰ دقیقه) روی گونه ها و بینی کمپرس سرد گذاشته شود. برای این کار می توانید یخ خرد شده را در کیسه نایلونی ریخته و آن را در پارچه ای نازک قرار داده و روی بینی چشم و گونه ها بگذارید همچنین می توانید از کمپرس های سرد آماده که شبیه عینک بوده و از داروخانه ها و فروشگاه های ابزار پزشکی قابل تهیه است استفاده نمود. لازم به ذکر است انجام کمپرس یخ موجب سینوزیت و یا تشدید آن نخواهد شد. از روز دوم به بعد، به مدت ۵ روز از کمپرس گرم به وسیله قراردادن پارچه گرم با همان ترتیب و دستوری که ذکر شد، استفاده نماید.

هنگام خواب نیازی به استفاده از هیچ کمپرسی (گرم یا سرد) نیست.

تغذیه پس از عمل جراحی زیبایی بینی

در صورتی که تهوع وجود نداشته باشد فرد می‌تواند ۸ ساعت پس از عمل جراحی مقداری سوپ میل کند و سپس تدریجاً تغذیه عادی داشته باشد در طول دو هفته اول پس از عمل جراحی زیبایی بینی از غذاهایی که نیاز به جویدن زیاد دارند مثل ساندویچ، ته‌دیگ، بلال، به‌سیب، استیک، کباب‌برگ، تخمه آدامس و هویج خام استفاده نکنید. مصرف نمک، شکر ترشی، خیارشور، فست‌فود و تنقلات و غذاهای تند و پر ادویه را به علت ایجاد تورم به حداقل برسانید. بیمارانی که پوست ضخیم دارند لازم است از مصرف گرمیجات مثل عسل خرما گردو، شیر و شیرینیجات به علت افزایش تورم طی ۴ هفته اول پس از عمل، پرهیز نمایند.

شستشوی سروصورت و استحمام

گچ روی بینی شما تحت هیچ شرایطی نبایستی خیس شود. در طول مدتی که گچ روی بینی شما وجود دارد، حمام کردن باید از گردن به پایین باشد و جهت شستشوی موهای سر در حمام روی یک صندلی بنشینید و سر خود را به عقب ببرید و فرد دیگر به آرامی موهای شما را شسته و آبکشی نماید (مانند آرایشگرها) تا اسپلینت (گچ) روی بینی شما خیس نشود. تمیز کردن صورت با استفاده از پنبه خیس و یا دستمال مرطوب انجام گیرد و وضوگرفتن در این مدت به صورت وضوی جبیره باشد.

چند ساعت قبل از مراجعه جهت برداشتن گچ بینی حمام بروید به صورت معمولی زیر دوش آب بروید که گچ بینی هم خیس شود و موها و صورت و کل بدن را بشویید. قبل، حین و یا بعد از حمام به گچ بینی و یا چسب‌ها دست نزنید و اجازه بدید به فرم اولیه روی صورت باقی بماند. پس از مراجعه و برداشتن گچ بینی در همان روز یا روز دیگری بخیه‌ها نیز کشیده خواهد شد. کبودی

اطراف چشم پس از عمل جراحی زیبایی بینی

ورم و کبودی صورت و اطراف چشم‌ها بستگی به مدت، عمل نوع پوست بیمار ضخامت استخوان بینی میزان خونریزی حین عمل میزان تغییرات بینی در حین عمل و سن بیمار دارد. معمولاً کبودی از چند ساعت پس از عمل شروع می‌شود و طی روز دوم یا سوم پس از عمل به حداکثر خود می‌رسد و حتی می‌تواند باعث بسته‌شدن چشم‌ها شود که این موضوع باعث استرس در بیمار و اطرافیان وی می‌شود.

کبودی به پوست و بدن بیمار نیز مرتبط است برخی افراد با اندک برخورد و ضربه، دچار کبودی می‌شوند که این افراد پس از عمل نیز کبودی بیشتری خواهند داشت. این کبودی‌ها ممکن است حتی به داخل سفیدی چشم‌ها هم راه یابد و به نظر بیاید داخل چشم خونریزی کرده است که خودبه‌خود و تدریجی برطرف شده و نیاز به اقدامی ندارد. کبودی و ورم صورت و چشم بیمار ممکن است به‌صورت غیر قرینه بوده و در یک طرف شدت بیشتری داشته باشد. نکته جالب و قابل توجه این است که استراحت مطلق در رختخواب و عدم فعالیت باعث تشدید و تأخیر بهبودی این کبودی‌ها می‌شود و بهتر است بیمار یکی دو روز پس از عمل فعالیت‌های روزمره خود را از سر گیرد طی دو تا سه هفته پس از عمل، به تدریج رنگ زرد جانشین کبودی‌ها می‌شود و سپس برطرف می‌شود.

ورم بینی پس از عمل جراحی زیبایی بینی

معمولاً در روزهای اول پس از عمل، اطراف بینی و چشم متورم می‌شود که در افراد مختلف باتوجه به نوع پوست متفاوت است. این ورم‌ها شامل دو مرحله می‌باشد. مرحله اول به علت برش‌ها و زخم‌های ناشی از جراحی ایجاد می‌شود و مرحله دوم ناشی از تجمع مایع بین بافتی و نیز تورم بافت زیر پوست و نیز جداره‌های استخوانی می‌باشد که حدود ۱۰ تا ۱۲ ماه، جهت برطرف شدن آن‌ها زمان لازم است.

میزان تورم بینی به عوامل متعددی ارتباط دارد بعضی از این موارد عبارتند از:

1) ضخامت پوست روی بینی : منظور گوشتی بودن یا نبودن بینی است. تورم بینی در افرادی که پوست ضخیم بینی گوشتی دارند مدت بیشتری تداوم خواهد داشت و حتی ممکن است نیاز به گذشت دو سال از زمان عمل باشد تا تورم کاملاً از بین برود و بینی به شکل نهایی خود برسد.

قابل ذکر است که ضخامت پوست بینی و نیز پره‌های بینی با عمل زیبایی بینی تغییر نمی‌کند و به همان نوع و شرایطی که قبل از عمل بوده است، باقی می‌ماند.

2) میزان کوچک شدن بینی: هر چقدر از اسکلت زیر پوست بینی (ساختمان های استخوانی و غضروفی بینی ، حین جراحی زیبایی بینی کاسته شده و بینی کوچکتر گردد، زمان بیشتری لازم است تا پوست با شکل و فرم جدید بینی هماهنگ و منطبق گردد و کاهش تورم مدت زمان بیشتری طول خواهد کشید.

3) مدت زمان عمل جراحی بینی مدت زمان طبیعی و استاندارد جراحی بینی به روش باز حدود ۲ تا ۳ ساعت است . اگر بینی بیمار اشکالات زیادی داشته و نیاز به اقدامات بیشتری جهت اصلاح داشته ،باشد مدت زمان عمل افزایش می یابد و تورم بیشتری ایجاد شده و زمان بیشتری برای از بین رفتن تورم ، لازم خواهد بود.

مکانیسم تورم پس از عمل بینی شامل سه مرحله است:

۱) التهاب همان طور که ذکر شد، حدود دو هفته طول می کشد.

۲) تکثیر که در اطراف بینی کلاژن سازی انجام می شود و بافت بینی و اطراف آن ضخیم می شود که در **نوک بینی شدت بیشتری دارد** در این مرحله افراد اغلب از بزرگ تر شدن بینی و نیز گرد و متورم بودن نوک بینی شکایت دارند.

۳) ترمیم کلاژن اضافی تجزیه شده و بینی کم کم نرم و انعطاف پذیر می شود. مجموع مراحل کاهش ورم بینی غالباً ۱۲ ماه است که در افراد با پوست ضخیم عموماً بیشتر طول می کشد. روند کاهش تورم در بینی به صورت کاملاً یکنواخت نمی باشد و گاهی با ایجاد ظاهر غیر قرینه تصور ایجاد کجی بینی و نگرانی زیبا جو می شود که نیاز به اقدامی نبوده و با برطرف شدن تورم ها، از بین خواهد رفت. **باید توجه داشت که نوک بینی آخرین محل از بین رفتن تورم باشد.**

شستشوی داخلی بینی با سرم

یکی از موارد مهم پس از عمل جراحی زیبایی بینی شستشوی داخل بینی با سرم شستشو می باشد که باعث کاهش تورم مخاط داخلی بینی و خارج شدن لخته های خون و ترشحات داخل بینی و بهبود تنفس و کاهش گرفتگی بینی و برطرف شدن بوی بد داخل بینی می شود که باید پس از خروج مش های بینی (تامپون) شروع شود. برای این منظور باید سرنگ ۱۰ سی سی تهیه کنید، سرم را داخل سرنگ بکشید و درحالی که سرنگ را بدون سرسوزن و عمود

به صورت وارد بینی می کنید، با فشار مناسب به داخل بینی تخلیه نمایید، به طوری که از انتهای بینی وارد حلق شود.

انجام به موقع و مرتب شستشوی بینی با سرم حتماً باید توسط بیمار جدی گرفته شده و روزانه ۳ نوبت و هر نوبت ۳ بار برای هر بینی تکرار گردد. عدم انجام شستشو باعث تجمع ترشحات داخل بینی و احساس گرفتگی و نیز ایجاد بوی بد داخل بینی می گردد. از دیگر علل احساس بوی بد بخیه های داخل بینی می باشد که با جذب شدن آن ها و نیز تداوم شستشو تدریجاً برطرف خواهد شد. شستشو باید حداقل به مدت سه هفته ادامه یابد.

چه مدت پس از جراحی زیبایی بینی می توان به سر کار برگشت؟

باتوجه به نوع شغل شما مدت زمان برگشتن به محل کار متفاوت است. اگر شغل دفتری دارید و یا دانشجوی هستید و می خواهید سر کلاس درس دانشگاه حاضر شوید، سه روز پس از عمل جراحی زیبایی بینی و با وجود گچ روی بینی می توانید به سر کار و یا دانشگاه برگردید و اگر کار فیزیکی انجام می دهید باید مدت بیشتری به استراحت بپردازید و تا هنگامی که گچ روی بینی دارید کار نکنید تقریباً در تمام موارد پس از برداشتن گچ می توان به سر کار برگشت.

مسافرت با هواپیما پس از عمل جراحی زیبایی بینی

در صورتی که مراجعه کننده از خارج از کشور یا شهرستان دیگری آمده باشد، پس از اولین ویزیت (۷ تا ۱۰ روز بعد از عمل) و آموزش موارد لازم مثل چسب زدن می تواند به شهر خود برگردد و با هماهنگی جهت ویزیت بعدی مراجعه نماید. در مواردی که لازم باشد، فرد می تواند یک روز پس از انجام عمل جراحی بینی با هواپیما مسافرت نماید در این افراد احتمال بسیار کمی جهت ایجاد خونریزی از بینی وجود دارد که توصیه می شود فرد با خود قطره فنیل آفرین (0.025 درصد) همراه داشته باشد و در صورت لزوم استفاده کند. محدودیت زمانی برای مسافرت با اتومبیل یا اتوبوس وجود ندارد.

چسب زدن پس از عمل جراحی زیبایی بینی

Taping یا چسب زدن یکی از اقدامات مهم پس از عمل جراحی زیبایی بینی می باشد و چسب زدن باعث چسبیدن مجدد پوست بینی به ساختمان های غضروفی و استخوانی زیرین شده و از ایجاد تورم شدید و تجمع مایع در زیر پوست پشت بینی جلوگیری می نماید.

مدت زمان چسب زدن از ۲ تا ۳ ماه متفاوت است که باتوجه به نوع بینی (گوشتی یا معمولی یا استخوانی) و میزان ورم پس از عمل برای هر بیمار تعیین می شود باید توجه کرد که چسب زدن بیش از حد می تواند باعث آسیب پوست بینی و اطراف آن شود تعویض چسب بینی اوایل در مطب انجام خواهد شد. پس از چند نوبت آموزش های لازم به شما داده می شود و پس از آن می توانید خودتان اقدام به تعویض چسب بینی نمایید فیلم آموزش نحوه چسب زدن در صفحه اینستاگرام بارگذاری شده و قابل مشاهده می باشد. چسب باید هر ۴ تا ۵ روز تعویض گردد و می توان درحالی که چسب روی بینی می باشد در این فاصله دوبار استحمام کرد و البته چسبها دستکاری نشود تعویض زودتر چسبها به علت بلندشدن پوست بینی نباید انجام شود.

به یاد داشته باشید فقط به میزانی که پزشک برای شما توصیه نموده است از چسب استفاده کنید و در این مورد به توصیه های دوستان و آشنایان و همسایگان و غیره اعتماد نکنید چسب زدن به مدت طولانی تر کمکی به تغییر ظاهر بینی و یا کاهش تورم نخواهد کرد. باید توجه کرد که هر زمان چسب زدن متوقف شود، بینی مجدد دچار تورم مختصری خواهد شد که خودبه خود فروکش کرده و نیازی به چسب زدن مجدد نمی باشد.

نظرات کارشناسانه دوستان و اقوام و همکاران پس از جراحی بینی!!

متأسفانه، یکی از مشکلاتی که اغلب در بیماران پس از عمل جراحی زیبایی بینی مشاهده می شود اظهارنظر دوستان و اقوام در مورد شکل بینی بیمار است حتی در برخی موارد این افراد تنها یک روز پس از جراحی درحالی که هنوز گچ یا اسپلینت روی بینی قرار دارد، شروع به کارشناسی می کنند که این نظرات اغلب باعث تضعیف روحیه بیمار شده و از اعتماد به نفس وی می کاهد. جالب اینجاست که افراد مختلف، نظرات متفاوت با هم دارند، مثلاً فردی بینی کوچک و عروسکی را می پسندد و دیگری طرفدار بینی طبیعی است که خیلی هم کوچک نباشد. حال این دو راجع به بینی بیمار نظر می دهند. اگر بینی بیمار طبیعی عمل شده باشد که طرفدار بینی عروسکی است به بیمار می گویند بینی شما خوب نشده و اگر هم عروسکی، باشد فرد طرفدار بینی طبیعی، به بیمار نظر می دهد که بینی ات کوچک شده است و خوب نیست. این نکته مهم را در نظر داشته باشید که فرم بینی شما باتوجه به مشاوره قبل از عمل و شرایط صورت خود شما ایجاد شده و زیبا شدن شکل بینی فقط شامل کوچک تر کردن و یا کاهش ارتفاع و عرض بینی نمی باشد و گاهی بزرگ تر کردن، عریض تر کردن و یا طولیل کردن

بینی لازم می‌باشد باید توجه کرد که راضی بودن تمام افراد فامیل و دوستان و آشنایان به علت تفاوت حس زیبایی‌شناسی افراد مختلف، امری محال است.

پس لطفاً به ابراز نظرات و تجربیات دیگران و یا مطالب موجود در صفحات غیرمستند مجازی پس توجه نکرده و اجازه دهید باگذشت زمان مناسب، فرم نهایی بینی شکل بگیرد.

آینه به دستی پس از عمل جراحی زیبایی بینی

بارها دیده شده که فرد پس از هوشیاری، درحالی که هنوز حتی از مرکز جراحی مرخص نشده شروع به بررسی و تفحص در مورد شکل بینی و سوراخ‌های آن کند، باید توجه کرد که به علت تورم بینی بعد از جراحی، شکلی که بیمار از بینی خود مشاهده می‌کند شکل اصلی و واقعی بینی نیست و احتیاج به گذشت زمان می‌باشد تا تورم‌ها کاهش یافته و بینی شکل اصلی خود را نشان داده و به اصطلاح جا بیفتد.

بعد از برداشته شدن گچ بینی و چسب زدن به بینی فرد مجدد جلوی آینه می‌ایستد و در طول شبانه‌روز آینه را از خود دور نمی‌کند. این کار باعث می‌شود بیمار با بهادادن بیش از حد و بی‌دلیل به جزئیاتی که باگذشت زمان بهتر می‌شوند دچار اضطراب و استرس و گاهاً افسردگی شود. باید توجه کرد که برای هر گونه ابراز نظر در مورد عمل جراحی، نیاز به حداقل ۱۰ تا ۱۲ ماه زمان می‌باشد. پس از عمل و فروکش کردن تورم‌ها نامنظمی‌های جزئی که تنها لمس می‌گردند و دیده نمی‌شوند فاقد اهمیت بوده و نیاز به اقدامی ندارند.

نیاز به عمل دوم یا روتوش

بر اساس کتب مرجع، حدود ۱۰-۷ درصد افرادی که تحت عمل جراحی زیبایی بینی قرار می‌گیرند نیاز به عمل دوم پیدا میکنند که البته در بیماران ما بسیار به ندرت و کمتر از آمار استاندارد انجام شده است. باید توجه کرد که نیاز به جراحی دوم الزاماً به معنی ناموفق بودن جراحی قبلی نیست؛ بلکه منظور اصلاح موارد و مشکلاتی است که در جراحی اول به صورت کامل اصلاح نشده است و یا تغییراتی که در حین فرآیند بهبودی و ترمیم ایجاد شده است.

برای این منظور باید ۱۰ تا ۱۲ ماه صبر کرد تا مشکلات احتمالی به طور کامل نمایان شده و نیز بافت‌های بینی آمادگی لازم برای عمل مجدد را پیدا کنند و سپس اقدام نمود که در اغلب

موارد روتوش مختصری نیاز بوده و به صورت سرپایی و در مطب انجام می‌شود و به ندرت نیاز به عمل مجدد در اطاق عمل خواهد بود.

این نکات مهم را به یاد داشته باشید :

برای اظهار نظر راجع به عمل جراحی

باید ۱۰ تا ۱۲ ماه از زمان عمل جراحی زیبایی بینی گذشته باشد.

نگرانی از بیهوشی را از خود دور کنید.

عمل جراحی زیبایی بینی به طور معمول درد ندارد.

به جای تمرکز روی عیوب جزئی توجه خود را به میزان تغییرات مثبت ایجاد شده معطوف کنید
به اظهار نظر دیگران توجه نکنید و از عمل خود لذت ببرید.

بخصوص در یک ماه اول مراقبت‌ها و توصیه‌ها را جدی بگیرید.

در عمل جراحی زیبایی بینی همواره تلاش بر ایجاد حداکثر قرینگی می‌باشد؛ ولی در مواردی که قبل از عمل انحراف بینی و عدم تقارن وجود دارد به علت وجود غیرقرینگی درازمدت در پوست‌واستخوان‌های صورت ممکن است تقارن کامل پس از جراحی ایجاد نشود و در موارد نادری نیاز به جراحی ترمیمی جهت اصلاح داشته باشد که این موضوع بخصوص در مورد سوراخ‌های بینی مشهود است و غیرقرینگی سوراخ‌های بینی پس از عمل زیبایی بینی بسیار شایع می‌باشد بخصوص اگر قبل از عمل غیرقرینگی و عدم هم سطح بودن پره‌های بینی وجود داشته باشد و یا پره‌های بینی کوچک و جمع شده باشد.