



بیمارستان امتیاز و فوریت های جراحی  
شهید رجایی

## مراقبت در جراحی زیبایی بینی



تهیه کننده: فاطمه عباسپور  
سوپروایزر آموزش سلامت  
تاریخ تهیه: پاییز ۱۳۹۴  
تاریخ بازبینی پنجم: پاییز ۱۴۰۲  
تأیید کننده علمی: جناب آقای دکتر دانسته  
متخصص جراحی فک و صورت

Edup-pam-41-03

نشانی: شیراز-بلوار چمران-جنب بیمارستان چمران-بیمارستان  
حاج محمد اسماعیل امتیاز و مرکز فوریت های جراحی شهید رجایی  
شماره تلفن جهت پاسخگویی به سوالات: ۳۶۳۶۴۰۰۱  
سایت: WWW.rajaeehosp.ac.ir، لینک راهنمای مراجعین  
منبع: سایت ویکی پدیا-برونر و سودارت ۲۰۲۲

### با آرزوی سلامتی و تندرستی

نام و نام خانوادگی / امضا فرد آموزش گیرنده:.....

مهر و امضا پرستار آموزش دهنده:.....



با استفاده از نرم افزار بارکد خوان از طریق تلفن همراه  
می توانید فایل متنی پمفلت را دانلود نمایید

- ❖ باید توجه داشت که بعد از عمل و برداشتن گچ بینی ، بینی شما ورم فراوانی خواهد داشت که به مرور فروکش خواهد کرد.
- ❖ در ابتدا نوک بینی تا حدودی بالاتر از حد نهایی خواهد بود و به تدریج نوک بینی حدود ۲-۱ میلی متر پایین تر خواهد آمد ، لذا نگران بالا بودن نوک بینی خود نباشید.
- ❖ دارو ها و قطره های تجویز شده توسط پزشک را به طور منظم و سر وقت مصرف نمایید و سوراخ های بینی را با گوش پاک کن مرطوب تمییز نگه دارید.
- ❖ در صورت بروز خون ریزی شدید از بینی در اسرع وقت به پزشک خود مراجعه نمایید.



Haftaggy.ir

۵

۴

- ❖ پس از جراحی ، در هر یک از سوراخ های بینی پانسمانی قرار داده می شود که ۲۴ تا ۴۸ ساعت پس از جراحی خارج می شوند که خارج شدن آنها بدون درد و مشکل خواهد بود .پانسمان داخلی بینی در انحراف بینی یک هفته بعد برداشته می شود.
- ❖ گاهی اوقات مقداری نشت خون ، از کناره های پانسمان زیر بینی در روز اول یا دوم پس از جراحی دیده می شود که قابل انتظار است و نباید موجب نگرانی شود.
- ❖ کناره های بینی و اطراف پانسمان بینی ، ممکن است لخته های خون روی پوست دیده شود که می توانید به آرامی با گوش پاک کن که توسط سرم شستشو مرطوب شده است آن ها را پاک کنید.
- ❖ پوشش روی بینی پس از یک هفته به صورت کامل برداشته می شود. از خیس شدن پوشش روی بینی و چسب های روی آن جلوگیری شود، تا زودتر از موقع شل نشود.
- ❖ روزهای اول استراحت کامل داشته باشید و از رژیم غذایی مایعات سرد استفاده کنید.
- ❖ بخیه های پوستی بین روز چهارم تا هفتم توسط جراح برداشته می شود.
- ❖ کمپرس سرد تا ۴۸ ساعت اول هر دو ساعت یکبار به مدت ۲۰ دقیقه روی کبودی ها و کمپرس گرم از روز سوم برای کم کردن کبودی و تورم مورد استفاده قرار گیرد.

- ❖ تا دو هفته استراحت داشته باشید ، از فعالیت های جسمی زیاد ، ورزش کردن ، بلند کردن اجسام سنگین خودداری کنید.
- ❖ به مدت دو هفته استراحت به حالت نیمه نشسته باشد و از دو عدد بالش در زیر سر استفاده گردد. از پایین نگه داشتن سر به مدت طولانی خودداری کنید.
- ❖ داروهای تجویز شده توسط پزشک مرتب مصرف شود و از مصرف داروهای اضافی خودداری کنید.
- ❖ از خوردن غذاهای سفت که به جویدن نیاز دارد و باعث افزایش حرکات لب بالا میشود خودداری کنید و از غذاهای نرم استفاده کنید.
- ❖ از فین کردن حداقل تا دو هفته خودداری شود و در صورت داشتن ترشح یا خونابه با دستمال کاغذی نرم بینی را خشک نمایید.
- ❖ از صحبت کردن طولانی و مکالمات تلفنی و فعالیت های اجتماعی زیاد حداکثر به مدت دو هفته اجتناب کنید.
- ❖ از کشیدن سیگار به مدت دو ماه اجتناب و از مجاورت با افرادی سیگاری بپرهیزید .
- ❖ 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 کنید. زمان حمام کوتاه باشد و از گرمای زیاد و بخار اجتناب کنید زیرا موجب تورم بیشتر بینی می شود.

- ❖ حداقل به مدت دو هفته از خندیدن ، گریه کردن و حرکات اضافی صورت خودداری کنید و عطسه را با دهان باز انجام دهید.
- ❖ دندان ها را با مسواک کودک با نرمی و ملایمت مسواک کنید.
- ❖ از دستکاری لب بالا و بینی خودداری کنید تا بینی دچار جابجایی نشود.
- ❖ حداقل یک هفته از پوشیدن لباس هایی که دکمه ندارند و عبور آن از سر به سختی می باشد خودداری کنید.
- ❖ حداقل به مدت دو ماه از آفتاب ، نورهای قوی ، گرما و حرارت اجتناب کنید زیرا موجب تورم بینی می شود.
- ❖ به مدت دو ماه از شنا کردن و سونا رفتن خودداری کنید.
- ❖ حداقل ۲ ماه از عینک استفاده نکنید. در صورتی که عینکی هستید از روش اتصال عینک با چسب به پیشانی استفاده کنید. استفاده از لنز های طبی بعد از کاهش تورم ، بلامانع می باشد.
- ❖ استفاده از پمادهای ترمیمی فقط به دستور پزشک می باشد.
- ❖ جهت بدست آمدن نتیجه مطلوب حداقل گذر زمان ۶ ماه و حداکثر یک سال می باشد لذا با صبوری با پزشک خود در ارتباط باشید.