

رینوپلاستی

پس از اتمام عمل بینی شما با یک پک نرم مخصوص بینی بسته می شود.

در دو طرف سپتوم (تیغه میانی بینی) شما تخته های پلاستیکی نرمی قرار دارد. این تخته ها باعث تقویت شکل جدید غضروف می شوند.

ممکن است اشکهایتان روی گونه هایتان بریزد که ناشی از تورم می باشد و در هفته اول بتدریج خوب می شود.

بسته بندی بینی ممکن است، تنفس از طریق بینی را مشکل کند بنابراین شما باید با دهانتان تنفس کنید. لذا دهانتان خشک می شود. بنابراین تا می توانید مایعات بخورید تا از بروز دهیدراسیون (خشک شدن) جلوگیری شود.

نوشیدن مایعات هنگام خواب به همراه مرطوب کننده (خنک یا گرم) ممکن است موثر باشد.

پس از جراحی بینی، غشاهای مخاطی، مخاط فراوانی تولید می کنند. نشت موکوس غلیظ و خونی از طریق پک ها روی آبریز پلک شما عادی است.

افراد زیادی می پرسند که این نشت و تراوش چقدر طول می کشد؟ اگر آبریز پک شما با خون قرمز شفاف هر 5 دقیقه کاملاً پر می شود، حتماً به پزشک خود خبر دهید.

شما باید روز بعد از عمل برای چکاپ دوباره مراجعه کنید. اگر به شما بخیه زده باشند باید 5 روز بعد برای برداشتن بخیه ها برگردید.

فعالیت

هنگام خواب زیر سرتان 3 - 2 بالش بگذارید. تا 7 روز هنگام عطسه کردن دهان خود را کاملاً باز کنید و تا یک هفته با بینی

تان نفس عمیق نکشید.

- ❖ مطلقاً خم نشوید، وسایل سنگین بلند نکنید و تقلا نکنید.
- ❖ از بغل کردن کودکان بپرهیزید.
- ❖ تا یک هفته پس از عمل از دوش های طولانی مدت پرهیز کنید.

رژیم غذایی

سعی کنید رژیم غذایی خود را از نوشیدنی ها و مایعات به سمت غذاهای راحت الهضم ارتقاء دهید.

بلافاصله پس عمل از نوشیدن مایعات خیلی داغ و غذاهای داغ خودداری کنید.

چون ممکن است در ناحیه سقف دهان دچار بی حسی شوید.

مراقبت از زخم ها

یک گاز زیر بینی خود قرار دهید. در صورت لزوم 24 ساعت بعد، اینها را عوض کنید. اگر می توانید هر 15 دقیقه در چند ساعت نخست پس از رینوپلاستی آنها را عوض کنید.

قرار دادن پک های یخی روی پیشانی یا بینی و چشمها در کم کردن میزان خونریزی موثر است.

پک های یخی را مستقیماً روی پوست نگذارید.

مایعاتی را که از بینی تان تراوش می شود را نبلعید چون باعث استفراغ می شود، آنها را با سرفه یا ت ف کردن به بیرون بریزید. پس از برداشتن تامپون آبریزش بینی متوقف می شود و دیگر نیازی به پد نمی باشد.

از اسپری نمکی بینی تا شب پس از برداشته شدن پانسمان استفاده نکنید.

داروها

اغلب بیماران از فشار ناشی از تورم و احتقان شکایت دارند. از مسکن ها در صورت لزوم استفاده کنید.

عوارض جانبی مسکن ها استفراغ و یبوست است.

مصرف مسکن با غذا از بروز استفراغ جلوگیری می کند.

در صورت تداوم یبوست از ملین استفاده کنید.

از آنجائیکه برداشتن تامپون توأم با ناراحتی است یک ساعت

قبل از برداشتن آن مسکن مصرف کنید.

به محض رسیدن به خانه مصرف آنتی بیوتیک (تجویز شده توسط پزشک) را شروع کنید. در حین جراحی از طریق درون رگی به شما آنتی بیوتیک زده می شود. تا 24 ساعت پس از

عمل تب د اشتن طبیعی است.

پس از آمدن به خانه مصرف داروی ضد تورم را شروع کنید. در قرار ملاقات قبل از عمل پرستار ما دستورات لازم را برای نحوه مصرف این داروها به شما می دهند.

از عصر روز پس از برداشتن تامپون دوبار در روز پماد را بمالید (صبح و عصر) پماد باید درون حفرات بینی مالیده شود. فقط

قسمت پنبه ای چوب پنبه را وارد بینی کنید.

پس از خارج کردن تامپون داخل بینی استفاده از پماد و

اسپری کردن سرم فیزیولوژیک داخل بینی در خارج کردن

لخته های داخل بینی مفیدند.