

رینوپلاستی (عمل زیبایی بینی)

از فرم، اندازه یا زاویه بینی خود ناراضی هستید؟ آیا از مشکلات تنفسی خود رنج می‌برید؟ عمل جراحی بینی می‌تواند به شما کمک کند تا راحت‌تر نفس بکشید و یا اینکه از چهره جدید خود لذت ببرید. انتخاب جراحی ماهر در نتیجه نهایی عمل بسیار تأثیرگذار بوده، اما با این حال بخش قابل توجهی از روند بهبودی پس از جراحی بر عهده خود فرد است. به منظور کسب نتیجه‌ای ایده‌آل و یا عدم بروز مشکلات، رعایت توصیه‌ها و مراقبت‌های بعد از عمل بینی که توسط جراح تجویز می‌گردد، بسیار حائز اهمیت می‌باشد.



نکات قبل از عمل جراحی بینی

- در رابطه با داروهای خونریزی دهنده که باعث اختلال انعقادی می‌شوند مانند آسپرین و داروهای ضد درد و التهاب مانند بروفن، ژلوفن، ناپروکسن و ... و از دیگر داروها مانند ویتامین E که باید حداقل هفت روز قبل از عمل قطع شوند
- حتماً تمام داروهای مصرفی خود را به پزشک اطلاع دهید (حتی ویتامین‌ها)
- شب قبل از عمل استحمام کنید و همچنین ۶ ساعت قبل از ساعت عمل چیزی نخورید حتی آب و آب میوه. اگر ساعت عمل شما بعد از ظهر است ۶ ساعت صبح صبحانه سبک میل کنید.
- اگر از داروهای فشار خون، یا تیروئیدی استفاده می‌کنید با پزشک خود مشورت کرده و معمولاً صبح روز عمل با کمی آب باید میل شود.
- بیماری‌های خود را از جمله فشار خون یا تیروئیدی با پزشک خود در میان بگذارید.
- بر اساس پروتکل بین‌المللی در تمام سن‌های بالای ۴۰ سال باید نوار قلب و گرافی سینه انجام شود.
- با یک همراه جهت آمدن و رفتن از کلینیک هماهنگ باشید.
- تمام جراحی‌ها از سن ۱۸ سالگی به بعد انجام می‌شود و رضایت خود بیمار کافی می‌باشد، در خانم‌ها در صورتی که ازدواج کرده باشند رضایت همسر نیز مورد نیاز است، در غیر این صورت رضایت کتبی از همسر باید همراه بیمار باشد.

مراقبت‌های بعد از عمل جراحی بینی

- یکی از مهم‌ترین پارامترهای عمل بینی مراقبت‌های پس از عمل است. اگر این مراقبت‌ها به صورت کامل و صحیح انجام شوند فرد بهترین نتیجه را از عمل می‌گیرد و نتیجه عمل رضایت‌بخش خواهد بود.
- جراح برای عمل زیبایی بینی به حدود دو تا سه ساعت زمان نیاز دارد، اما این در حالی است که فرد پس از عمل دوران نقاهت طولانی‌تری را باید پشت سر بگذارد تا از عوارض بعد از آن رهایی پیدا کند. دوران نقاهت این عمل و بهبود هر فرد با فردی دیگر متفاوت است. طول دوره پانسمان نیز با توجه به روند عمل و تشخیص پزشک جراح متفاوت است، که غالباً بین ۶ الی ۱۰ روز است. کسب نتیجه رضایت‌بخش از عمل نیازمند مراقبت‌های بعد از عمل بینی است.

این بیماران حدوداً تا ۶ ساعت بعد از عمل نباید چیزی میل کنند و بستری می‌مانند و به دلیل داروهای بیهوشی حرکات معده و روده کند است و چنانچه شما چیزی میل کنید باعث بروز حالت تهوع و استفراغ می‌شود. حدوداً ۶ ساعت بعد از عمل ابتدا کمی آب می‌آشامید اگر

چنانچه مشکلی نداشتید یک ربع بعد مختصری آب میوه خواهید آشامید. ۵-۶ ساعت بعد از عمل که مریض هوشیاری کامل بدست آورد و تحمل مصرف مایعات داشت قابل ترخیص است. از روز دوم می توانید از غذاهای نرم استفاده کنید و از روز سوم به بعد هر چه خواستید می توانید میل کنید البته توصیه میگردد از جویدن غذاهای بیش از حد سفت خندداری شود.

-دراز کشیدن بعد از عمل باعث تورم بینی شما می شود لذا سعی کنید بعد از عمل فقط در حد معمول دراز بکشید.

-از روز سوم به بعد کارهای سبک مثل کارهای سبک منزل، کارهای اداری، کار با کامپیوتر و... بلامانع است.

-یک هفته بعد از عمل جهت برداشتن آتل روی بینی به مطب مراجعه خواهید کرد. مش داخل بینی ۴۸ ساعت بعد از عمل بایستی خارج شود که با مراجعه به پزشک انجام میگردد البته با توجه به اینکه معمولاً مش بزرگی گذاشته نمیگردد خود بیمار نیز میتواند به آرامی خارج نماید. باید مراقب باشید در طی این مدت پانسمان روی بینی شما خیس نشود لذا برای استحمام باید به وسیله دوش دستی از گردن به پایین را بشویید و بعد به پشت بخوابید تا شخص دیگری موهای شما را بشوید بدون اینکه پانسمان شما خیس شود.

-بعد از عمل، زیر بینی شما گاز کوچکی گذاشته می شود که چنانچه خونابه ای از بینی شما خارج شود توسط این گاز جذب شود. بهتر است که پانسمان را در صورت خونی شدن تعویض کنید اما پانسمان روی بینی را دست نزنید..

-تا وقتیکه آتل را برداشته ایم باید از لباسهایی استفاده کنید که از جلو توسط دگمه یا زیپ باز می شوند و برای پوشیدن آن لازم نباشد از روی سر کشیده شوند.

-یک هفته بعد از عمل برای برداشتن آتل بینی به مطب مراجعه نمایید و تا سه هفته بعد از برداشتن آتل هفته ای یک بار جهت تعویض چسب مراجعه خواهید داشت. مراجعات بعدی شما یک ماه و سه ماه و نهایتاً یک سال بعد خواهد بود.

تا ۲ هفته بعد از عمل جراحی، بیمار باید بعد از استحمام برای خشک کردن موهای خود از سشوار دستی استفاده کرده و از نشستن زیر خشک کن هایی که معمولاً در آرایشگاه ها استفاده می شود خودداری نماید.

در روزهای اول بیمار باید توجه کند که نباید پانسمان بینی او خیس شود. پانسمان تا خیس نشود خود بخود شل نمی شود. در صورت بروز این اتفاق سریعاً به پزشک خود مراجعه نمایید.

تا ۲ هفته بعد از عمل بیمار باید از فین کردن خودداری نماید چرا که این کار می تواند باعث ایجاد خون ریزی شود. استفاده از اسپری سالین بهترین روش ممکن برای این منظور می باشد.

از هرگونه خاراندن بینی با دست یا دستمال پرهیز شود.

از استعمال دخانیات امتناع کنید.

هفته اول پس از عمل در رژیم غذایی از مواد غذایی نرم استفاده شود.

-**تورم بعد از عمل جراحی بینی:** بعد از هر عمل جراحی ناحیه اطراف محل مورد جراحی قرار گرفته دچار کبودی و تورم می شود و عمل بینی هم از این قاعده مستثنی نیست. میزان کبودی و تورم بعد از عمل در همه افراد یکسان نمی باشد.

برای کنترل میزان تورم توجه بیمار به موارد زیر ضروری است:

۱- بیمار باید توجه داشته باشد که بعد از عمل بینی تا حد ممکن سرش را بالا نگه داشته و تا ۲ هفته بعد از جراحی برای اینکه سطح سرش بالاتر از بدنش باشد، در هنگام استراحت از ۲ بالش برای زیر سرش استفاده نماید.

۲- استفاده از کمپرس یخ برای بیمار بسیار مهم است. بیمار می تواند در هنگام استراحت بر روی بینی و نواحی میانی صورت از آن استفاده نماید. کمپرس سرد در ۲ روز اول بعد از جراحی به کاهش ورم و کبودی بعد از عمل بینی کمک کرده و بعد از آن در کاهش درد و ناراحتی پس از عمل موثر است.

۳- بیمار نباید در ۲ روز اول جراحی خم شده یا وسایل سنگین بلند کند. این کار باعث تورم بیشتر و افزایش فشار خون شده و احتمال بروز خونریزی را افزایش می دهد.

۴- بیمار باید مراقب باشد که بعد از عمل هیچ گونه ضربه و فشاری به بینی اش وارد نشود.

۵- مصرف نمک را کاهش دهید.

عطسه کردن بعد از عمل جراحی بینی :

بعد از عملی بینی تا وقتی که پانسمان برداشته نشده است در صورتی که مجبور به عطسه باشد باید مانند سرفه فقط با دهان باز باشد.

عینک زدن بعد از عمل جراحی بینی :

بعد از عمل جراحی بینی تا وقتی که گچ روی بینی بیمار برداشته نشده است ، می تواند از عینک استفاده نماید. اما بعد از این مرحله بهتر است که تا ۴ هفته عینک روی بینی قرار نگیرد. توصیه می شود که بیمار بعد از جراحی بینی به جای عینک از لنز استفاده نماید. بازگشت به کار یا محل تحصیل می تواند پس از گذشت ۳ روز از عمل جراحی باشد که البته بسته به میزان فعالیت فیزیکی شغل بیمار ممکن است بیشتر باشد.



چسب زدن بینی بعد از عمل

یکی از مهمترین مراقبت های بعد از عمل بینی که در نتیجه عمل بسیار تأثیرگذار می باشد، استفاده از چسب بینی است. پس از عمل از چسب به منظور کاهش تورم و شکل دهی بینی استفاده می شود. ۲ هفته اول بعد از عمل، استفاده از چسب به شکل دهی بینی و کاهش تورم آن کمک می کند و پس از آن فقط باعث کاهش تورم بینی می شود.

مدت زمان چسب زدن به نوع پوست بیمار بستگی دارد که از حدود ۲ هفته تا ۲ ماه متغیر است. افرادی که پوستی نازک و شفاف دارند دو هفته و افرادی که پوستی ضخیم دارند بهتر است حداقل ۲ ماه از چسب استفاده کنند. استفاده از چسب در افراد با پوست ضخیم حتی به مدت زمان ۶ ماه نیز امکان پذیر می باشد و همچون گونه عارضه ای ندارد.

زمان تعویض چسب

معمولاً چسب روی بینی هر چند روز الی یک هفته یک بار تعویض می گردد. برای تعویض چسب ابتدا باید روی بینی با آب ولرم خیس شود و پس از شل شدن چسب به آرامی برداشته و مجدداً پوست با آب ولرم و صابون شسته شده تا چربی اضافی روی پوست گرفته شده و پس از خشک شدن پوست از چسب استفاده کنید.



برداشتن چسب

هنگام برداشتن چسب باید از هر دو دست جهت برداشتن آن استفاده کنید، به نحوی که با یک دست پوست بینی را نگه داشته و با دست دیگر چسب را از روی بینی به آرامی بردارید. در صورتی که پوست بینی به هنگام برداشتن چسب کشیده شود به مرور زمان سبب ایجاد بافت اضافه در زیر پوست می شود.

روند بهبودی کامل پس از عمل بینی

پس از برداشتن پانسمان، بینی شما در نگاه اول بزرگ تر به نظر می رسد و حتی ممکن است نوک آن کمی به سمت بالا منحرف شده باشد. در افرادی که پوست ضخیم و چربی دارند زمان بیشتری طول می کشد تا تورم بینی کاهش یابد. لب بالایی نیز ممکن است برای مدتی سفت شود و نوک بینی نیزگاهی بی حس شود که این حالت ناشی از تورم بینی و لب بالایی است. اما در نهایت با رعایت مراقبت های بعد از عمل بینی همه این حالت ها برطرف می شود و جایی برای نگرانی وجود ندارد. به طور کلی بیش از یک سال طول می کشد تا فرم نهایی بینی مشخص شود و پس از آن می توانید از نتیجه ی نهایی عمل جراحی بینی خود لذت ببرید.

عوارض پس از عمل

آبریزش بعد از جراحی بینی: (Rhinitis)

آبریزش موقتی بعد از جراحی ممکن است چند هفته بعد از عمل ایجاد شود که به خصوص در بیمارانی که قبل از جراحی حساسیت فصلی داشته اند این مشکل شایعتر است. در بعضی موارد به دلیل برداشتن بیش از حد توربینیت ها می تواند آبریزش بینی ایجاد شود که با رعایت آن می توان از این عارضه جلوگیری کرد. در اکثر موارد موقتی است و خودبه خود رفع می شود.

عفونت گرفتارها و یا بافت های بینی پس از جراحی بینی:

این عارضه در جراحی بینی بسیار نادر است و بیشتر در صورت استفاده از پروتزهای بینی دیده میشود و با توجه به اینکه امروزه بجای آن از غضروف تیغه بینی، دنده و یا گوش خود بیمار جهت ترمیم بینی استفاده میشود این مشکلات یا دیده نمیشود یا با درمان آنتی بیوتیک بهبود می یابد.

تغییر رنگ بعد از عمل جراحی بینی:

اگر بعد از عمل جراحی بینی دچار کمی کبودی در صورت خود شدید، جای هیچگونه نگرانی نبوده و این امر طبیعی بوده و برای بسیاری از کسانی که جراحی بینی انجام می دهند اتفاق می افتد. معمولاً این تغییر رنگ بعد از ۱۰ روز کم شده و به حالت عادی خود باز می گردد.

تا ۴ هفته بعد از عمل جراحی، بیمار نباید زیاد در معرض نور خورشید قرار گیرد (برای جلوگیری از خطر ایجاد تیره شدن پوست) بنابراین بهتر است در صورت لزوم از کرم های ضد آفتاب با SPF ۳۰ استفاده نماید. مخصوصاً در فصل تابستان هر ۲ ساعت یک بار باید از کرم استفاده شود.

خونریزی بعد از عمل جراحی بینی:

در اثر مسدود شدن مسیر هوایی بینی، غدد موجود در بینی مقدار ترشح موکوز را افزایش می دهند. مانند زمانی که دچار آلرژی یا سرماخوردگی می شوید. در اثر گرفتگی سوراخ های بینی بعد از رینوپلاستی، تا کاهش ورم به مدت چند روز ترشحات موکوزی افزایش می یابند. این موکوز ممکن است با خونابه همراه باشد و تا زمانی که ترشحات زیاد و خونریزی شدید نیست، جای نگرانی وجود ندارد. در صورت ایجاد خون ریزی طوری دراز بکشید که سرتان بالا تر از سطح بدن باشد و بروی بینی و گردن و صورت کمپرس یخ قرار دهید. با ادامه خونریزی حتماً به پزشک خود مراجعه نمایید.

درد بعد از عمل جراحی بینی:

بعد از عمل جراحی بینی مقدار کمی درد طبیعی است و ممکن است که پزشک برای بیمار مسکن تجویز نماید. توجه به این نکته بسیار مهم است که بیمار برای کنترل درد خود نباید از آسپیرین یا داروهای ضد التهاب غیر استروئیدی مثل ایبوپروفن، ادویل و .. مصرف کند چرا که این داروها با رقیق کردن خون، می توانند باعث افزایش خون ریزی شوند.

تب:

پس از عمل رینوپلاستی افزایش درجه حرارت بدن تا ۳۷/۵ درجه طبیعی است که این افزایش دما به علت از دست دادن آب طبیعی بدن رخ می دهد. اما اگر تب بالای ۳۷,۵ درجه ادامه داشت، باید به پزشک مربوطه مراجعه کنید

بی خوابی بعد از عمل جراحی بینی:

ممکن است در افرادی ، بی خوابی یکی از عوارض بعد از عمل جراحی باشد و پزشک برای کنترل این مساله برای خواب راحت بیمار ، آرامبخش تجویز نماید. اما باید دانست که این داروها باعث احساس ضعف و سرگیجه در روز بعد از مصرف دارو در بیمار خواهند بود. بیمار بعد از مصرف این داروها بیمار باید از رانندگی کردن یا سایر کارهایی که نیاز به تمرکز بالا دارند خود داری نماید. تمیز کردن بینی بعد از عمل جراحی بینی:

بعد از عمل جراحی در صورت نیاز می توانید قسمت بیرونی بینی را با پنبه آغشته به هیدروژن پراکسید (آب اکسیژنه) یا الکل طبی تمیز نمایید. برای این کار یک گوش پاک کن را آغشته به این ماده نموده و به آرامی قسمت های بیرونی را تمیز نمایید.

عدم رضایت بیمار از نتیجه عمل جراحی بینی:

این یکی از شایع ترین عارضه هاست که در اثر عدم ارتباط درست بیمار و پزشک در نتیجه نهای جراحی می باشد.

اکثرا در صورتی که به بیمار کاملا در رابطه با نتیجه عمل آگاهی داده شود و واقع بین باشد این مورد اتفاق نخواهد افتاد. متاسفانه در بسیاری از موارد بیماران درخواست غیر واقعی داشته و از امکان ایجاد این تغییرات در حین جراحی آگاهی کامل ندارند و از نتیجه جراحی خود راضی نمی شوند.

با تمام این توضیحات یکی از مهمترین عوامل در نتیجه جراحی پوست بینی بیمار است که در صورت کلفت بودن (بینی گوشتی) و یا خیلی نازک بودن در نتیجه تاثیر گذار است و باید مورد توجه قرار بگیرد.

دکتر صادق منش

جراح و متخصص گوش حلق بینی و سر و گردن

زیبایی و پلاستیک بینی و صورت