

## تعریف

بسیاری از افراد از فرم ظاهری بینی خود به دلیل بزرگی یا شکستگی و تغییر شکل نامناسب در چهره و ایجاد مشکلات تنفسی و غیره شاکی هستند. متخصص جراحی زیبایی بینی تشخیص می دهد که آیا بینی این افراد احتیاج به جراحی دارد یا خیر. به عمل جراحی که برای بهبود شکل ظاهری بینی و اصلاح انحراف تیغه وسط آن انجام می شود، سپتورینوپلاستی می گویند.

## نکات مورد توجه

نخست آنکه زیبایی لزوماً به معنای کوچکی بینی نیست، بلکه زیبایی بینی در گرو تناسب کل بینی با قسمت‌های مختلف چهره است نه صرفاً کوچک کردن بینی.

دوم آنکه نوع بافت‌های بینی فاکتور محدود کننده ای در جراحی بینی است. بینی‌های با پوست ضخیم و بافت غضروفی ناچیز در مقایسه با بینی‌های با پوست نازک و اسکلت قوی رضایت بخشی کمتری بعد از عمل دارند. این هنر، دانش و تجربه جراح است که باید در چنین تنگناهایی بر محدودیت‌های بافتی فائق آید.

سوم آنکه کوچک شدن بینی تا حدی مطلوب است که عملکرد تنفسی بینی به مخاطره نیفتد. جراح بینی با ارزیابی دقیق وضعیت داخل بینی پیش از جراحی، با پیش بینی بسیاری از احتمالات، می تواند خطر عوارض تنفسی و بویایی را به حداقل برساند.

## قبل از جراحی

ریش و سبیل در مردان، بهتر است تراشیده شود.

➤ لاک ناخن‌ها و آرایش صورت خود را پاک کنید.

➤ قبل از رفتن به اتاق عمل، زیورآلات، اجسام فلزی، گیره سر، لنز، دندان مصنوعی و غیره را خارج کنید.

➤ مصرف آسپیرین و انواع مسکن ها را یک هفته قبل از عمل قطع کنید.

➤ در صورت تب، سرفه و علائم سرماخوردگی، پزشک خود را قبل از عمل مطلع کنید.

➤ این عمل بنا به صلاحدید پزشک بیهوشی، به روش نیمه بیهوشی و یا بیهوشی عمومی انجام خواهد شد.

➤ معمولاً مدت عمل حدود یک تا دو ساعت است.

## مراقبت های پس از جراحی

➤ بعد از عمل، بینی شما بسته است و تنها می‌توانید از راه دهان نفس بکشید.

➤ در ساعتهای ابتدایی بعد از به هوش آمدن، شما ممکن است گلودرد داشته باشید که به خاطر اثر لوله بیهوشی می‌باشد.

➤ در ساعتهای ابتدایی پس از جراحی، خونریزی جزئی به صورت نشت خون از کنار پانسمان بینی امری طبیعی است و جای نگرانی ندارد. در این مواقع می‌توانید به کمک دستمال کاغذی مرطوب صورتتان را تمیز کنید.

➤ طاق باز استراحت کنید و بهتر است به پهلو راست و چپ نخوابید.

➤ برای زیر سر خود از چند بالش استفاده کنید، سعی کنید سر خود را به عقب خم کنید.

➤ خوردن مایعات را چند ساعت پس از عمل با صلاحدید پزشک خود شروع کنید و ۶ ساعت بعد از عمل در صورت عدم

تهوع، استفراغ و سرگیجه می‌توانید خوردن غذاهای نرم و سبک را شروع نمائید.

➤ قبل از خروج از تخت، ابتدا یک ربع ساعت بر لبه تخت نشسته و در صورت نداشتن سرگیجه، تخت خود را ترک کنید.

از پایین آمدن ناگهانی از تخت خودداری کنید.

➤ در هفته‌های اول در معرض حرارت اجاق گاز و بخاری و نور شدید آفتاب نباشید.

➤ تا ۴۸ ساعت بعد از عمل بینی، اطراف چشم‌های شما ممکن است کبود شود، جهت جلوگیری از بیشتر شدن کبودی، اطراف چشم‌ها کمپرس سرد قرار دهید (هر ۲ ساعت به مدت ۱۰ دقیقه).

➤ هیچ محدودیت غذایی وجود ندارد. فقط از مصرف غذاهای سفت که احتیاج به جویدن طولانی دارند مانند ساندویچ، استیک و کباب برگ و مواد خوراکی که می‌دانید به آنها آلرژی دارید، خودداری کنید.

➤ استفاده از مسواک نرم و محلول دهان شویه و غرغره ایرادی ندارد.

➤ از بلند کردن اشیاء سنگین اجتناب کنید.

➤ مصرف آنتی بیوتیک و مسکن را با تجویز پزشک ادامه دهید.  
\* هرگز از کرم، پماد، داروی گیاهی موضعی و خوراکی به طور سرخود استفاده ننمایید.

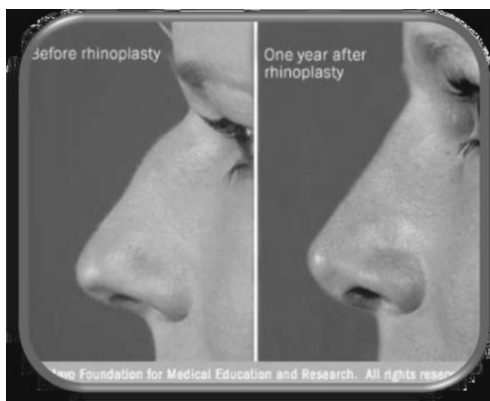
\* داروهای تجویز شده توسط پزشک را به طور کامل مصرف نمایید.

➤ طی چند هفته بعد از عمل، به علت جمع شدن ترشحات داخل بینی تنفس مشکل می‌شود که می‌توانید روزانه چند نوبت از محلول نمکی (سرم شستشو) استفاده کنید. بدین روش



مرکز آموزشی درمانی امام موسی کاظم (ع)

## خودمراقبتی در جراحی بینی



راهنمای حاضر اطلاعات اولیه راجع به مراقبت در منزل

را در اختیار شما می گذارد، لذا پیگیری جهت

آموزش، مراقبت و درمان ضروری می باشد.

در صورت داشتن سوال با شماره تلفن بیمارستان  
۰۳۳۴۵۷۶۷۰-۰۳۱ داخلی ۳۰۶ ( صبح ها ) یا ۱۱۴

(ساعات عصر و شب) تماس حاصل نمایید.

شماره تلفن نوبت گیری از درمانگاه های تخصصی  
۰۳۱-۳۳۰۳۳۹۷۰

کد: RI

واحد آموزش سلامت

## تغذیه

\* جهت جلوگیری از تورم بدن از غذاهای کربنات دار مثل نوشابه، آبمیوه های مصنوعی، آب معدنی های حاوی کربنات، غذاهای حاوی ادویه و حاوی سدیم بالا خودداری کنید.

\* رژیم غذایی بیمار شامل مواد پروتئینی مثل گوشت و مرغ و ماهی، حبوبات، لبنیات کم چرب و ویتامین ها مثل سبزیجات و میوه تازه و مایعات فراوان باشد .

\* از خوردن غذاهای محرک مثل بادمجان، گوجه فرنگی، سیر، فلفل، سوسیس و کالباس به دلیل ایجاد سوزش و خارش خودداری نمایید.

\* از ویتامین C مانند: آب پرتقال، گریپ فروت، آب آناناس و آب هندوانه همچنین مواد غذایی آهن دار (خرما، جگر، گوشت قرمز و سبزیجات برگدار سبز ) جهت تسریع بهبودی استفاده نمایید.

### برنامه حضور پزشکان در درمانگاه

### فوق تخصصی جراحی پلاستیک

روز	پزشکان فوق تخصص
شنبه	دکتر عمرانی فر (صبح ها) - دکتر یدالهی (عصر ها) خانم دکتر یادگاری - خانم دکتر فرزما نیا
یک شنبه	دکتر ادیب (صبح ها) - آقای دکتر یدالهی
دو شنبه	خانم دکتر مستاجران - خانم دکتر صادقی
سه شنبه	آقای دکتر پیری - آقای دکتر صادقی
چهار شنبه	آقای دکتر قانع - خانم دکتر یادگاری آقای دکتر معین

که با استفاده از یک سرنگ ۲۰ سی سی بدون سوزن از سرم کشیده و در بینی بریزید اجازه دهید ترشحات، شستشو داده شده و خارج شوند. تا دو هفته بعد از عمل از تخلیه ترشحات بینی با فشار خودداری کنید.

➤ روز خروج گچ بینی می توانید قبل از ویزیت پزشک حمام

کنید، اما دست به پانسمان و گچ روی بینی نزنید.

➤ خروج بخیه ها طبق نظر پزشک انجام می شود.

➤ بسته به نظر پزشک بین یک تا دو بار در هفته چسب روی بینی تعویض می شود .

➤ معمولاً به مدت ۳-۴ هفته، بینی توسط چسب فرم داده می شود و پس از آن به صلاح دید پزشک، زدن چسب به شما آموزش داده می شود.

➤ مراقب باشید هیچ ضربه ای به بینی تان وارد نشود. مثلاً هنگام خواب طاق باز بخوابید و از لبا سهای دکمه دار و زیپ دار استفاده کنید.

➤ با دهان باز عطسه کنید و از حرکات شدید صورت حین خنده و گریه اجتناب نمایید.

➤ شنا، شیرجه، آفتاب گرفتن و سونا به مدت ۱ تا ۲ ماه ممنوع است.

➤ از گذاشتن عینک آفتابی و طبی به مدت یک ماه خودداری کنید. در صورت ضرورت، عینک را با چسب ضد حساسیت به پیشانی متصل نمایید.

➤ از دستکاری بینی جداً خودداری کنید.

➤ در صورت خونریزی فعال روشن یا هر گونه مشکل غیر عادی، پزشک یا پرستار خود را مطلع کنید.