

□ **مراقبت بعد از عمل بینی بدون تامپون** برای جلوگیری از عوارض و خطرات احتمالی بسیار اهمیت دارد. در روش جراحی بدون تامپون، پزشکان به جای استفاده از پانسمان، از **اسپلینت** یا **استند** استفاده می‌کنند و این کار باعث تنفس راحت‌تر افراد می‌شود. سابقاً پس از اتمام جراحی، برای جلوگیری از **خونریزی‌های احتمالی**، در هر سوراخ بینی یک تامپون قرار داده می‌شد و کشیدن آن بسیار دردآور بود.

به دلیل عوارض متعدد از جمله ایجاد **عفونت** و **مشکلات تنفسی**، در حال حاضر جراحان از روش **جراحی بینی بدون تامپون** استفاده می‌کنند تا از عوارض بعدی جلوگیری کنند. پس از جراحی نیز برای پیشگیری از هرگونه آسیب به **ساختار بینی**، افراد باید یک سری مراقبت‌ها را در پیش بگیرند. برای انجام عمل بینی بدون تامپون به **مطب دکتر کرامت الله ترابی** به عنوان **بهترین جراح زیبایی بینی در تهران** مراجعه کنید .

□ نکات مهم مراقبتی پس از عمل بینی بدون تامپون

توجه به نحوه **مراقبت بعد از عمل بینی بدون تامپون** در نتیجه مطلوب این نوع جراحی بسیار اهمیت دارد. در روش بدون تامپون به جای استفاده از پانسمان، از **بخیه‌های کوچک** یا اسپلینت‌ها استفاده می‌شود. از این رو بسیار مهم است که افراد پس از اتمام جراحی، مراقبت‌های لازم را انجام دهند. در ادامه به برخی از نکات مهم برای مراقبت از **رینوپلاستی بدون تامپون** اشاره می‌کنیم.

داشتن استراحت کافی

یکی از مهم‌ترین مواردی که برای مراقبت بعد از عمل بینی بدون تامپون باید انجام دهید، **داشتن استراحت کافی** است. هر چقدر در دوره بعد از نقاهت استراحت بیشتری داشته باشید، سریع‌تر بهبود می‌یابید.

[caption id="attachment_6043" align="aligncenter" width="600"]

نکات مهم مراقبتی پس از عمل بینی بدون تامپون[/caption]

عدم انجام فعالیت‌های سنگین

سعی کنید در طول دوران نقاهت، هیچگونه ورزش سنگینی را انجام ندهید و از خم شدن، دویدن و پایین انداختن سر حتی الامکان خودداری کنید. کارهایی مانند دمیدن با بینی و حرکات زیاد فک که باعث خونریزی می‌شوند نیز ممنوع است.

استفاده از کمپرس یخ

یکی از مواردی که حتماً باید پس از عمل بدون تامپون انجام دهید، استفاده از کمپرس سرما است. این کار باعث کاهش تورم و بهبود بخیه‌های داخل بینی می‌شود. معمولاً پس از یک هفته استندها از بینی شما جدا می‌شود. احتمال دارد کمی کیبودی اطراف بینی و چشم شما وجود داشته باشد، اما می‌توانید فعالیت‌های عادی خود را از سر بگیرید.

بالا نگه داشتن سر

در روزهای اولیه پس از جراحی، بالا نگه داشتن سر باعث کاهش التهابات می‌شود؛ بنابراین سعی کنید هنگام خوابیدن نیز سر را بالا نگه دارید و اگر به پهلو می‌خوابید از چند بالش را در اطراف خود استفاده کنید. به علاوه سعی کنید که با بینی به بالش زیاد فشار نیاورید.

بیشتر بخوانید: عوارض عمل بینی بدون تامپون

عدم استفاده از مواد غذایی و داروهای رقیق‌کننده خون

از آنجا که در روش عمل بینی بدون تامپون از هیچ پانسمانی استفاده نمی‌شود، سعی کنید تا پایان دوران نقاهت، از داروها و مواد غذایی **رقیق‌کننده** استفاده نکنید.

عدم تخلیه بینی پس از جراحی

یکی از مهم‌ترین مراقبت‌های پس از جراحی بدون تامپون این است که اگر بینی دچار **گرفتگی** شد، به هیچ عنوان فین نکنید. در صورت تمایل برای خالی کردن بینی، مقاومت کنید. **پس از گذشت ۶ هفته از عمل** می‌توانید بینی خود را تخلیه کنید.

در مورد عطسه کردن هم سعی کنید به جای عطسه از طریق بینی، از دهان این کار را انجام دهید. شاید این کار ناخوشایند باشد، اما بهتر از **آسیب رساندن به بینی** است، چرا که پس از جراحی ساختار بینی شکننده بوده و این کار دوران نقاهت را افزایش می‌دهد.

[caption id="attachment_6042" align="aligncenter" width="600"]

عدم تخلیه بینی پس از جراحی[/caption]

توجه به نحوه شستشوی بینی

از دیگر نکات مربوط به مراقبت بعد از عمل بینی بدون تامپون، **نحوه شستشوی بینی** است. برای این کار می‌توانید با مشورت پزشک، یک سرنگ با **حجم ۱۰ سی سی** تهیه کرده و سرنگ را با محلول شستشو پر کنید. سپس سوزن را از سرنگ جدا کرده و محلول را در بینی تزریق کنید.

سپس سر خود را به طرفین خم کنید. در این شرایط باید اجازه دهید تا محلول وارد بینی شما شده و سپس خارج شود. این عمل را تا زمانی که حس می‌کنید **مسیر تنفس** به خوبی تمیز شده، ادامه دهید و برای سمت دیگر تکرار کنید.

ممکن است **بقایای نخ بخیه جذبی، لخته‌های خون و ترشحات** را مشاهده کنید، اما جای نگرانی نیست. در آخر با یک دستمال تمیز بینی خود را خشک کنید و با استفاده از **پمادهای تجویزی پزشک**، بینی خود را چرب کنید.

مراجعه به پزشک در صورت مشاهده علائم هشداردهنده

پس از عمل جراحی در صورت مشاهده علائمی چون **خونریزی، مشکلات تنفسی، تورم زیاد، بی‌حسی بینی و عدم تقارن بینی**، حتماً به پزشک مراجعه کنید. برخی از افراد ممکن است دچار **واکنش آلرژیک** شوند یا **کبودی‌های طولانی مدت** بر روی اطراف بینی و دور چشم داشته باشند. در این صورت حتماً باید به پزشک جراح مراجعه کنید تا راهکارهای لازم برای جلوگیری از عوارض بیشتر صورت گیرد.

□ برای انجام جراحی عمل بینی بدون تامپون به **مطب دکتر کرامت الله ترابی** به عنوان **بهترین جراح پلاستیک در تهران** مراجعه کنید. پس از انجام جراحی، مراقبت‌های لازم درمانی توسط کادر پزشکی در اختیار شما قرار داده می‌شود تا از هرگونه **خونریزی، عفونت و آسیب به ساختار بینی** جلوگیری شود. برای دریافت وقت مشاوره در ارتباط با فرایند این نوع جراحی می‌توانید با شماره زیر تماس بگیرید.

خلاصه مطالب

مراقبت بعد از عمل بینی تامپون برای حفظ ساختار بینی و جلوگیری از عوارض ناخواسته بسیار اهمیت دارد. پزشکان معمولاً پس از انجام این نوع جراحی به بیماران توصیه می‌کنند که استراحت کافی داشته باشند و حتی الامکان از فعالیت‌های سنگین، دویدن و خم کردن سر که باعث شروع خونریزی بینی می‌شود، جلوگیری کنند. در صورت بروز علائمی مانند مشکلات تنفسی، خونریزی، عفونت، یا واکنش‌های آلرژیک در دوران نقاهت، حتماً به پزشک خود مراجعه کنید تا راهکارهای درمانی لازم را در اختیار شما قرار دهند.

برای انجام جراحی بینی بدون تامپون به عنوان یکی از جدیدترین روش‌های جراحی بینی توصیه می‌کنیم به بهترین جراحان زیبایی مراجعه کنید. **دکتر کرامت الله ترابی** به عنوان بهترین جراح زیبایی بینی در تهران، پس از انجام این نوع جراحی، کلیه مراقبت‌های درمانی را در اختیار شما

قرار داده و می‌توانید با اطمینان خاطر دوران نقاهت را تحت نظر کادر پزشکی مجرب سپری کنید.

برای دانلود pdf مقاله کلیک نمایید.