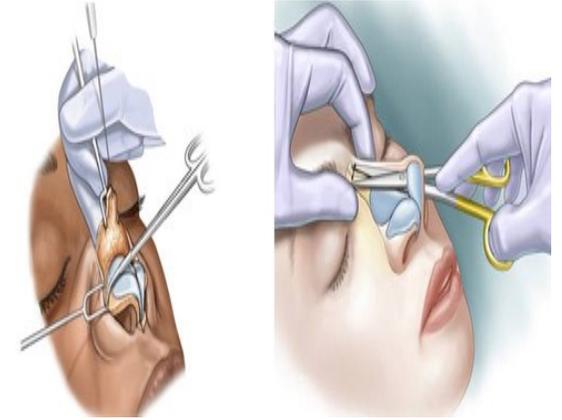


## تجميل الأنف:

جراحة تجميل الأنف هي تعديل الهيكل الخارجى للأنف لإزالة العيوب التجميلية أو الوظيفية للأنف الخلقية والمكتسبة. ولكن بعد جراحة تجميل الأنف ، يجب اتباع سلسلة من النقاط لتحقيق الشفاء التام.



العناية بعد جراحة تجميل الأنف:  
توصيات بعد جراحة تجميل الأنف:

احصل على راحة كاملة فى اليوم الأول واستخدم نظاماً غذائياً طرياً وسوائل باردة.

يجب استخدام الكمادات الباردة كل ساعتين لمدة ٢٠ دقيقة على الكدمات لمدة ٤٨ ساعة الأولى (قبل إزالة السدادات القطنية) وضغط دافئ لمدة ٤٨ ساعة الثانية (بعد إزالة السدادات القطنية) لتقليل الكدمات والتورم بنفس الطريقة.

تناول الأدوية التى يصفها الطبيب بانتظام وتجنب تناول أدوية إضافية.

استرح فى وضع شبه جلوس واستخدم وسادتين تحت الرأس وتجنب إبقاء الرأس لأسفل لفترة طويلة. احصل على قسط من الراحة لمدة أسبوع ، والامتناع عن الأنشطة البدنية وممارسة الرياضة ورفع الأشياء الثقيلة والراحة أكثر.

تجنب تناول الأطعمة القاسية التى تتطلب الكثير من المضغ واستخدم الأطعمة اللينة والمختلطة.

تجنب نفخ أنفك وإذا كان لديك إفرازات أو نزيف ، جفف أنفك بمنشفة ورقية ناعمة.

نظف أسنان الطفل بفرشاة أسنان ناعمة ولطيفة.

لا تستخدم النظارات لمدة شهرين على الأقل. إذا

كنت ترتدى نظارة ، فاستخدم طريقة لصق النظارات بالجبهة بالغراء. من الآمن استخدام العدسات الطبية بعد تقليل التورم.

قبل إزالة الجبيرة ، إذا كنت بحاجة إلى الاستحمام ، فاستخدم حوض الاستحمام أو اسكب الماء على الجسم باستخدام وعاء. تجنب الاستحمام بشكل منفصل وحافظ على وقت الاستحمام قصيراً وتجنب الحرارة المرتفعة والبخار لأن ذلك سيؤدى إلى انتفاخ الأنف وتبلل الضمادات.

تجنب الضحك والبكاء وحركات الوجه المفرطة لمدة أسبوعين على الأقل واستخدم فمك عند العطس.

تجنب الحديث الطويل والمحادثات الهاتفية والأنشطة الاجتماعية لمدة أسبوعين كحد أقصى.

تجنب التلاعب بالشفة العليا والأنف حتى لا يتحرك الأنف.

لمدة أسبوع على الأقل ، تجنب ارتداء الملابس التى لا تحتوى على أزرار ويصعب تمريرها فوق الرأس.

تجنب الشمس والأضواء القوية والحرارة والحرارة لمدة شهرين على الأقل لأنها تسبب تورم الأنسجة.

تجنب السباحة والساونا لمدة شهرين.

تجنب التدخين لمدة شهرين وتجنب الاقتراب من المدخنين.

بعد إزالة السدادات القطنية ، لمدة ٦ أشهر ،

غسل الأنف بمصل كلوريد الصوديوم ٣ مرات فى اليوم كما سيتم تعليمك.



## جامعة شيراز للعلوم الطبية مركز الخليلى للتعليم الطبي

### جراحة الأنف (رعاية ما بعد الجراحة)

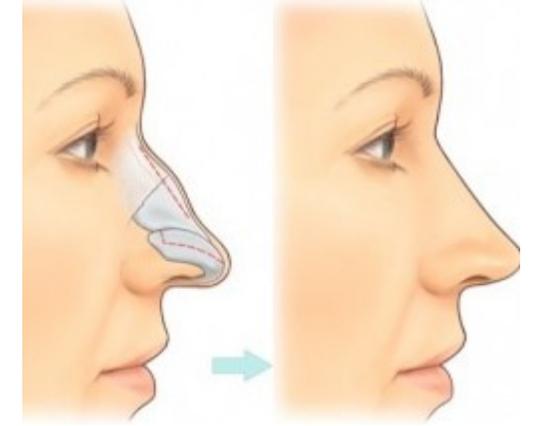


كد سند : f-1/3/3-41

واحد آموزش سلامت

١٤٠٢

تجنب لمس الأنف لمدة ٦ أشهر. يتم وصف استخدام المراهم  
التصالحية فقط من قبل الطبيب.  
فى حالة وجود أى مشكلة ، اتصل بجراحك.



نصيحة :

من أجل الحصول على النتيجة المرجوة ، يجب اتباع تعليمات الطبيب  
تماماً. يستغرق الأمر ما لا يقل عن ١٢ إلى ١٨ شهراً للحصول على النتيجة  
النهائية للأنف.

مراجع :

– He Jenis L ، K. شيبير التمريض الداخلى والجراحة برونر وسودارث،  
ترجمة: M. على أصغر بور ، ت. حنجاني قز الشة الطبعة ال ١٣. منشورات  
علم الاجتماع. ٢٠١٤  
– مراجعة من قبل أساتذة الأذن والأنف والحنجرة بمركز الخليلى للتعليم  
الطبي