

جراحی بینی یا رینوپلاستی ، نوعی جراحی پلاستیک نسبتاً پیچیده و دشوار است که دستیابی به نتایج موفقیت آمیز از آن ، در گرو انتخاب یک جراح بینی ماهر و حاذق می باشد. از دیگر مواردی که در کسب نتایج مطلوب از این عمل اثر گذارند و نباید نسبت به آن ها بی توجه بود ، رعایت **اقدامات قبل از جراحی بینی** و مراقبت های پس از این عمل جراحی می باشد ؛ لذا اکیدا توصیه می شود نسبت به رعایت این دستورالعمل ها توجه نمایید ؛ تا به نتایج ایده آل خود از جراحی دست یابید. در مقاله پیش رو از دکتر باستانی نژاد بهترین جراح بینی تهران ، به شرح مهم ترین دستورات و اقدامات قبل از عمل بینی پرداخته شده است ؛ اما پیش از پرداختن به این مقوله بهتر است با اهداف این رویکرد آشنا شوید.



رینوپلاستی به منظور دستیابی به تعادل بینی با اجزای صورت ، تغییر عرض پل بینی ، بهبود نمایه بینی شامل برداشتن قوز یا افتادگی بینی ، شکل دهی نوک بینی ، تغییر زاویه بینی و لب انجام می شود.

انتخاب جراح بینی

پس از تصمیم گیری قطعی برای انجام این عمل ، اولین گام انتخاب جراح است. می تواند گفت این مرحله مهم ترین مورد از اقدامات قبل از جراحی بینی به حساب می آید. چرا ؟ به این دلیل که جراح در تمامی مراحل عمل ، از جمله قبل ، حین و بعد از پروسه نقش اساسی و پررنگی دارد ؛ بنابراین هر چه جراح انتخابی شما با تجربه و متبحر تر باشد ؛ مطمئناً فرایند جراحی بهتر طی می شود. برای انتخاب کردن دکتر عمل بینی خود باید موارد زیر را در نظر بگیرید:

- میزان تخصص و تجربه ایشان در انجام انواع جراحی
- میزان رضایت مراجعه کنندگان پیشین ایشان
- نحوه برخورد جراح با بیماران خود
- میزان مسئولیت پذیری دکتر

اقدامات قبل از جراحی بینی به شرح ذیل می باشد:

- در راستای عمل ، پیش از هر چیز در جلسه مشاوره شرکت کنید.
- خواسته ها و انتظارات خود از جراحی را با جراح بینی در میان بگذارید.
- از پزشک خود بخواهید شما را از فرایند جراحی آگاه سازد ، چرا که غالباً افراد از این جراحی تصویری اشتباه داشته و آن را یک جراحی ترسناک قلمداد می کنند ؛ لذا دچار تشویش و اضطراب می شوند.
- در خصوص این که چه نوع مدل بینی ، مناسب فرم صورت شماست از پزشک خود سوال کنید.

- توجه داشته باشید که در جلسه مشاوره ، بهترین جراح بینی تهران از سوابق پزشکی شما و داروهایی که مصرف می کنید سوالاتی خواهد پرسید.
- جراح به منظور اطمینان از وضعیت سلامت جسمانی شما ، آزمایشات مخصوص و در صورت صلاحدید سی تی اسکن تجویز خواهند نمود که باید همه را انجام داده و نتیجه را در اختیار ایشان بگذارید.
- قبل از جراحی ، عکس هایی از زوایای مختلف از چهره شما تهیه شده و در پرونده تان ثبت می شود.
- شب قبل از جراحی حتما باید دوش بگیری ، زیرا جهت جلوگیری از خیس شدن پانسمان بینی تا چند روز بعد از عمل ؛ دوش گرفتن برای شما ممنوع خواهد بود.

اهمیت مشاوره پیش از عمل بینی

بعد از اینکه جراح تان را انتخاب کردید ، از سوی ایشان وقتی برای مشاوره معین می شود. اهمیت این جلسه در اقدامات قبل از جراحی بینی بسیار حائز اهمیت است. زیرا طی این جلسه موارد مهم و مرتبط با عمل مشخص می گردند ؛ از جمله:

۱. مناسب یا نامناسب بودن فرد برای عمل به لحاظ ذهنی و جسمی
 ۲. بررسی انتظارات و خواسته های بیمار از عمل و این که تا چه حد معقولانه هستند
 ۳. ارائه توصیه های پزشکی قبل از عمل و لزوم رعایت آن ها
 ۴. توصیف دوره ریکاوری و عوارض احتمالی که ممکن است نمود پیدا کنند
 ۵. در اختیار گذاشتن نکات مراقبتی بعد از عمل به جهت جلوگیری از بروز عارضه
- تمامی موارد فوق در به انجام رسیدن روند عمل و حتی نتیجه ای که در پایان بدست می آید تاثیر گذار هستند.
- نکته :** اقدامات قبل از عمل بینی به همان اندازه مراقبت بعد اهمیت دارند. به طور مثال اگر فرد قبل از جراحی دارو نامناسبی را مصرف کند ، ممکن است بدن او در حین به انجام رسیدن عمل جراحی از خود واکنش منفی نشان دهد.

نکات و اقدامات قبل از جراحی بینی

۱. باید از دو هفته قبل از عمل بینی از مصرف برخی داروهای خاص که سبب رقیق شدن خون شده و در نتیجه منجر به افزایش ریسک خونریزی می شوند ؛ نظیر آسپرین ، ایبوپروفن ، ناپروکسن ، مکمل های گیاهی ، داروهای ضد التهاب فاقد استروئید و به طور کلی هر گونه دارویی که حاوی این ترکیبات باشد ؛ خودداری شود.
 ۲. از دو هفته قبل از پروسه ، از نوشیدن الکل و استعمال دخانیات اجتناب نمایید ؛ زیرا الکل و نیکوتین سبب ایجاد اختلال در اکسیژن رسانی به خون شده و سلامت فرد را در حین عمل تهدید می کنند ؛ همچنین مصرف این موارد ، روند بهبود را به تاخیر انداخته و منجر به طولانی شدن روند ترمیم زخم می شوند.
 ۳. انجام عمل بینی در طول دوران بارداری ممنوع است و حداقل تا ۲ ماه پس از زایمان باید انجام این عمل جراحی را به تاخیر انداخت ؛ لذا خانم ها باید قبل از اقدام به انجام این فرآیند ، آزمایش بارداری بدهند تا مطمئن شوند که باردار نیستند.
 ۴. جهت پیشگیری از بروز خطر در حین عمل بینی ، توصیه می شود که متقاضیان این عمل جراحی در روز عمل حتما ناشتا باشند و از ۶ تا ۸ ساعت قبل از جراحی چیزی نخورده و ننوشند.
- این پروسیجر ؛ اقدامی بزرگ و ریسک پذیر است ، زیرا تغییرات ایجاد شده در صورت شما برای همیشه همراحتان خواهد بود ؛ بنابراین با دقت و صرف زمان مناسب تصمیم به عمل بینی بگیرید.

تکنیک های جراحی زیبایی در بینی

- یکی از اقدامات قبل از جراحی بینی که باید بدانید این است که این رویکرد به چند روش انجام می شود و جراح بینی مورد نظر از کدام روش استفاده می کند: باید بگوییم عمل زیبایی بینی دو روش اصلی انجام می شود : روش باز و بسته.
- **جراحی بسته:** در این روش برش هایی در داخل حفره بینی ایجاد می شود. استخوان و غضروف از داخل بینی تغییر شکل داده می شوند ، ساختار بینی در دامنه دید جراح قرار نمی گیرد. در این تکنیک ، هیچ برشی روی پوست زده

نمی شود و اثر زخمی نیز ایجاد نمی شود و دکتر عمل بینی برای افزایش دید از آندوسکوپ استفاده می کند. بنابراین باید درک کاملی از ساختار عملکردی بینی داشته باشد. جراحی به روش بسته ، به بیمارانی توصیه می شود که خواستار تغییرات مختصری در ساختار بینی هستند ؛ لذا رینوپلاستی بسته به بیمار با بینی گوهی به دلیل داشتن بافت زیاد و غدد چربی ، محدودیت دید و قدرت عمل جراح توصیه نمی شود. این تکنیک چندین مزیت منحصر به فرد دارد که شامل زمان جراحی کوتاه تر ، بهبود گردش خون در نوک بینی ، کاهش تورم ، نتیجه طبیعی تر و بهبودی سریع است.

- **جراحی باز :** در این تکنیک جراح ، علاوه بر برش های جراحی بسته ؛ یک برش نیز در بافت پایه حفاصل سوراخ بینی می زند و پوست بینی را بلند می کند تا به بافت های داخلی دسترسی کامل یافته و تغییرات لازم را به راحتی اعمال کند. برش داخلی اکثرا در سوراخ های بینی پنهان است و قابل مشاهده نیست ، تنها برشی که دیده می شود برش پایه بینی است که آن هم به مرور زمان کمرنگ می شود. پزشک با استفاده از این تکنیک ، دسترسی آسان به ساختار زیرین استخوان و غضروف را داشته و در نتیجه دید بهتری از اجزای بینی خواهد داشت. رینوپلاستی باز ، معمولا مداخله ای است. در جراحی های ترمیمی و پیچیده ، نارسایی های پزشکی بینی مانند مشکل تنفسی ، جراحات های بینی مانند شکستگی ، نارسایی مادرزادی و مواردی از این قبیل از تکنیک باز استفاده می شود.

فرآیند عمل زیبایی در بینی

از دیگر اقدامات قبل از جراحی بینی کسب اطلاعات درباره فرآیند عمل بینی می باشد ، عمل جراحی دماغ معمولا سرپایی و تحت بیهوشی عمومی یا در برخی موارد تحت بیحسی موضعی انجام می شود. طی این رویکرد ، بهترین جراح بینی تهران برش هایی در حفره بینی ایجاد می کند ؛ نحوه ایجاد برش به نوع جراحی و تغییرات مورد نیاز بستگی دارد. سپس استخوان و غضروف داخلی را تغییر شکل می دهد و ظاهری خوشایندتر ایجاد می کند.

محدودیت سنی رینوپلاستی

جراحی زیبایی بینی ، فقط برای بیمارانی مناسب است که به بلوغ کامل صورت رسیده اند ؛ یعنی بیمارانی که رشد بینی آن ها متوقف شده است. افراد در سنین مختلف ، به بلوغ کامل بینی می رسند ؛ اما تا زمانی که به بلوغ کامل صورت نرسند نباید تحت این عمل قرار بگیرند زیرا بینی هنوز در حال رشد و تغییر است. در برخی موارد ممکن است نتایج عمل ، متناسب با آناتومی صورت بالغ شما نباشد.

گاهها نیز امکان دارد بینی بیمار حتی پس از جراحی تغییر کند و بر نتایج جراحی تاثیر منفی داشته باشد. بیمارانی مبتلا به بیماری های مزمن پزشکی ؛ مانند آسم ، دیابت ، فشار خون بالا و غیره ؛ به طور کلی واجد شرایط جراحی نیستند ، بنابراین حتی اگر محدودیت سنین بالا برای انجام این جراحی وجود نداشته باشد ، ضرورت سلامت جسمی ممکن است برای برخی محدودیت ایجاد کند.

تغذیه مناسب قبل از جراحی

یکی از اقدامات قبل از جراحی بینی که بیمارانی باید به آن توجه کنند ، نحوه تغذیه شب قبل از عمل است. برای اینکه در حین پروسه جراحی مشکلی پیش نیاید و همچنین برای دوره ریکاوری بدن انرژی و قدرت کافی را داشته باشد لازم است از مواد غذایی سالم استفاده کنید.

یکی از نکات مهم این است که قبل از عمل ، به میزان کافی آب بنوشید. سعی کنید چند روز قبل از جراحی از خوردن غذاهای چرب با ارزش غذایی پایین خودداری کنید. به جای آن ، از خوراکی هایی استفاده کنید که حاوی ویتامین و پروتئین هستند.

در ۲۴ ساعت مانده به موعد عمل جراحی ، نباید سبزیجات و غذاهای حاوی فیبر مصرف کنید. در عوض بهتر است شب پیش از جراحی ، غذاهایی را مصرف کنید که هضم سریع و آسانی دارند. ؛ چرا که عمل بینی باید با معده خالی و به اصطلاح ناشسته به انجام برسد.

دقت داشته باشید که برای مدتی پیش از عمل جراحی باید مصرف مشروبات الکلی را کنار بگذارید. این مورد یکی از مهم ترین اقدامات قبل از جراحی بینی است. زیرا الکل علاوه بر این که منجر به دهیدراته شدن بدن می شود فرآیند بهبودی و ریکاوری را مختل می کند.

رفع استرس و اضطراب پیش از پروسه

تقریبا همه متقاضیان پیش از جراحی با میزانی استرس و اضطراب دست و پنجه نرم می کنند که بایستی از شدت یافتن آن جلوگیری کرده و اصطلاحا آن را کنترل نمایند. با توجه به این که شب قبل از عمل لازم است فرد به میان کافی استراحت داشته

باشد ، اگر درگیر نگرانی بیش از حدی باشد ، مطمئنا نمی تواند خواب راحتی داشته باشد. علل مختلفی مثل بیهوشی ، نتیجه عمل ، درد بعد از جراحی و خطرات احتمالی منجر به استرسی شدن فرد قبل از عمل می شود. برای اینکه اضطراب شما کنترل شود بهتر است روز عمل شخصی از نزدیکان تان را همراه خود به بیمارستان یا کلینیک ببرید. همچنین در انتخاب بهترین جراح بینی تهران دقت کافی داشته باشید تا بتوانید به کار و مهارت ایشان اعتماد کنید و نگران این نباشید که آیا از پس عمل بر می آید یا خیر.

نحوه خوابیدن

بدیهی است که در ظاهر نحوه خوابیدن پیش از جراحی تاثیر مستقیمی با نتایج و جراحی ندارد ولی ترک و اصلاح عادات این چینی بسیار سخت و زمان بر هستند . پس از جراحی برای مدتی نمی توانید به پهلو و یا روی شکم بخوابید پس بهتر است به منظور رعایت اقدامات قبل از جراحی بینی از پیش از جراحی دو بالش را در اطراف و یا زیر گردن خود بگذارید تا به مرور به این حالت عادت کنید.

اقدامات قبل از جراحی بینی

14 روز قبل از عمل

آب کافی بنوشید و در صورت نیاز از مکمل ها و داروهای تجویزی استفاده نمایید



2 روز قبل از عمل

از خوردن نوشیدنی های کافئین دار پرهیز کنید و بیشتر نوشیدنی های مثل آب و آبمیوه میل کنید



شب قبل از عمل

می توانید از شوینده های مورد تایید پزشک برای شستن صورت و موهای خود استفاده کنید



روز عمل

از خوردن و نوشیدن خودداری کرده و دوباره صورت خود را شستشو دهید



دکتر شاهین باستانی نژاد
DR. SHAHIN BASTANINEJAD



ویتامین ها و مکمل های گیاهی

مصرف ویتامین و مسکن و داروهای گیاهی پیش از هر نوع جراحی برخلاف باور عموم همیشه با نتیجه رضایت بخش همراه نیستند و ممکن است فرد را در موقعیت دشواری قرار دهد تا با عوارض آن دست و پنجه نرم کند. برای مثال روغن ماهی و ویتامین E می تواند منجر به افزایش خونریزی شود. زینک برای رشد، ساخت و ترمیم بافت و بهبود ایمنی استفاده می شود ولی مراقب باشید بیش از حد مصرف آن در جذب سایر مواد معدنی از جمله آهن و مس اختلال ایجاد می کند.

مصرف عصاره و گیاه زنجبیل یا دارچین نیز می تواند منجر به افزایش رقت خون و احتمال بروز خونریزی گردد. پس باید از مصرف این مواد به مدت یک هفته قبل و بعد از جراحی خودداری کنید. نوع دیگری از شربت دارویی به نام اکیناسه که برای بهبود سرما خوردگی است می تواند سبب ایجاد لخته های خونی شود و تعداد پلاکت ها و گلبول های سفید و در نتیجه ایمنی بدن را کاهش دهد. جینگو یک گیاه دارویی برای درمان مشکلات قلبی و خونی است که روند انعقاد خون را کند نموده و می تواند در روند درمان مشکل زا باشد.

یک هفته قبل از رینوپلاستی

- سوابق پزشکی خود را آماده کنید

هفت روز قبل از عمل زیبایی بینی، باید به منظور رعایت اقدامات قبل از عمل مدارک و سوابق پزشکی خود را به صورت دقیق و با جزئیات آماده کنید و در اختیار بهترین جراح بینی تهران قرار دهید تا بهترین روش را برای شما برگزیند. در صورتی که به غذا و داروی خاصی حساسیت دارید، دچار بیماری صعب العلاجی هستید و یا پیش تر تحت این عمل قرار گرفته بودید، در سوابق خود آن را ذکر نمایید.

- داروهای خود را آماده کنید

از پزشک خود بپرسید که بعد از عمل، چه داروهای تجویزی و غیرتجویزی را باید مصرف کنید و زودتر آن ها را تهیه نمایید. بهتر است مواردی مثل پماد، کمپرس سرد، گاز و دستمال مرطوب نیز خریداری نمایید.

- جایی مخصوص استراحت آماده کنید

داروی بیهوشی که در این پروسه استفاده می شود، باعث بروز حالت تهوع و خستگی می شود. بنابراین آماده کردن یک مکان گرم و راحت می تواند کمک زیادی به طی کردن هر چه بهتر دوره نقاهت شود. علاوه بر این، در صورتی که بچه دارید بهتر است فرد دیگری را مسئول مراقبت از آن ها نمایید و اتاقشان را جدا کنید.

- خواب کافی داشته باشید

بعد از جراحی، بدن به انرژی بیشتری برای درمان شدن نیاز دارد. به همین خاطر ضروری است تا قبل از عمل خواب زیاد داشته باشید. حتی توصیه می شود چند روز از کار مرخصی بگیرید.

- غذاهای مورد علاقه خود را آماده کنید

بعد از جراحی، رعایت یک رژیم سالم و مغذی از اهمیت بالایی برخوردار است. از آنجایی که بعد از این پروسه نمی توانید به خوبی عمل جویدن را انجام دهید، باید به منظور رعایت بخشی از اقدامات قبل از جراحی بینی غذاهای نرم و آبدی درست کنید و در یخچال قرار دهید.

چگونه می توانم شکل بینی مورد نظر خود را برای جراح خود توضیح دهم؟

رینوپلاستی که به آن جراحی تغییر شکل بینی نیز می گویند، یک روش فوق العاده قدرتمند است. با انتخاب بهترین جراح بینی تهران، این عمل می تواند تعادل و تقارن را در صورت ایجاد کرده و به بیماران کمک کند تا به ظاهری که همیشه می خواستند برسند. پزشک می تواند با عکس های سه بعدی از صورت شما و یا نشان دادن نتایج افرادی که ساختار صورت و بینی آن ها به شما نزدیک تر است، بهترین و مناسب ترین فرم را برای چهره شما بیابد. اگرچه جراحی زیبایی بینی معمولاً هم به مهارت جراحی بالایی و هم به ارتباط عالی پزشک و بیمار نیاز دارد.