

## BURUN AMELİYATI SONRASI BAKIM REHBERİ

Burun ameliyatınızdan sonra iyileşme süreci zaman ve sabır gerektirir. Ameliyat sonrası bakıma aktif olarak katılmanız, ameliyat kadar önem taşımaktadır. Aşağıda sıralanan önerileri lütfen uygulayınız. Anlamadığınız konuları doktorunuza sormakta tereddüt etmeyiniz.

1. Ameliyat salonundan çıktığınızda burnunuzun içindeki tamponlar nedeni ile burnunuzdan nefes alamıyordur olacaksınız. Bu dönem süresince ağızdan nefes almalısınız. Tamponların burnunuzda kalma süresini ortalama 2-3 gündür.
2. Yeterli sıvı almanız önemlidir. Yudum yudum içeceğiniz meyve suyu, su ve hafif içecekler ağızdan nefes almanın neden olduğu ağız kuruluğunu biraz olsun hafifletmeye yardımcı olacaktır. Pipet kullanmayınız. Yumuşak, kolay çiğnenen gıdalar yiyiniz. Dudaklarınızı nemli tutmak için jel veya dudak kremleri kullanabilirsiniz.
3. Sadece size reçete ilaçları kullanınız. Aspirin veya aspirin içeren ilaçlar veya kan pıhtılaşmasını engelleyici ilaçlar kullanmayınız. Ülser ya da gastrit gibi mide problemlerinizi varsa bunu bana mutlaka bildirin.

Size reçete edilecek ilaçlar aşağıdaki şekildedir:

- a) Ağrı kesici- ödem çözücü tablet: Günde 3 kez ağrınız olmasa da alınız.
- b) Burun spreyi: Tamponlar çıktıktan sonra günde 5 kez her iki burun deliğine tatbik edilir; ihtiyaç durumunda daha sık kullanılabilir. Steril deniz suyu ihtiva eder.
- c) Göz kremi: Günde 2 kez kulak temizleme çöpü ile dikişleri temizlemek için kullanılacak.

Uygulama yöntemi size tamponlar çıkartılırken gösterilecek.

4. Burnunuzdaki pansumanlar duruyorsa, uyurken veya dinlenirken başınızı, en az iki yastık olacak şekilde yüksekte tutunuz. Mümkün olduğu kadar, gün boyu başınızı dik tutmaya özen gösteriniz; bu normal kan dolaşımını koruyacak ve ameliyat sonrası oluşacak şişliğin azalmasına yardımcı olacaktır. İlk 48 saat boyunca burun çevresine buz uygulaması şişlikleri ve ödemleri azaltmak açısından çok önemlidir.
5. Burnunuzdan bir miktar sızıntı olması beklenen bir şeydir. Bu pembe /açık kırmızı renkli olacaktır, fakat sürekli kırmızı kan geliyorsa, telefonla doktorunuza bildirmelisiniz.
6. Ameliyattan çıktığınızda, burnunuzun üzerinde iki kat plaster ve bir alçı atel olacaktır. Bunlar, burnunuza şekil vermek kadar burnunuzun korunması için de önemlidir. Bu pansumanlara dokunmayınız ve bozmayınız; bir hafta içerisinde doktorunuz tarafından çıkarılacaktır.
7. Burnunuzun altındaki küçük tampon, gerektiğinde değişebilir (veya hiçbir kanama yoksa çıkarılıp atılabilir).
8. Burun deliklerinizi ovalamayınız veya burun silmeye teşebbüs etmeyiniz. "Ellerini burnunuzdan uzat tut" sizin için iyi bir kural olacaktır. Burnunuzu çarpmamaya özen gösteriniz. Önden düğmeli kıyafetler giyiniz. Tişörtlerden ve balıkçı yaka giyeceklerden uzak durunuz.
9. Dişlerinizi dikkatle fırçalayınız ve sadece yumuşak bir diş fırçası kullanınız. Dudaklarınızı büzmeyiniz veya üst dudağınızı aslında gerektiğinden daha fazla yukarı kaldırmaya çalışmayınız.

Op. Dr. Yakup Sarıgüney

Şehitkamil Devlet Hastanesi - Plastik Rekonstrüktif ve Estetik Cerrahi Kliniği

Pir Sultan Mah. Çetin Emeç Cad. 27500 Şehitkamil/Gaziantep

Tel: 324 67 67

10. Ameliyatınızdan sonra iki hafta süreyle ıkmaktan, eğilmekten, ağır şeyler kaldırmaktan (özellikle küçük çocuklarınızı), güç gerektiren egzersizlerden ve spordan kaçınınız.
11. Bir ay süre ile direk güneş ışınına maruz kalmaktan kaçınınız.
12. Burnunuzun dışındaki pansumanlar çıkarıldığında çevre dokularda bir miktar şişme ve renk değişikliği fark edeceksiniz. Burnunuz şiş ve ucu yukarı dönmüş görülebilir. Bu zamanla kendiliğinden düzelecektir.
13. Burnunuzun ucunda ve bazen de üst dudagınızda uyuşukluk hissedebilirsiniz. Bu birkaç hafta içinde kaybolacaktır.
14. Tamponlar alındıktan sonra dahi, burnunuz tıkalı olacaktır. Bu, dokuların cerrahiye normal yanıtıdır. Bir hafta süre ile burnunuzu sümkürmeye teşebbüs etmeyiniz. Aksırmak, sümkürmek zorunda kaldığınızda, her iki burun deliğiniz açık şekilde bunu nazıkçe yapınız. Size verilen dışında burun spreyleri veya damlaları kullanmayınız. Şayet hapşırma zorunda kalırsanız ağzınız açık hapşırınız.
15. Ameliyatınız boyunca almış olduğunuz, sakinleştirici veya uyuşturucu ilaçların kullanımından sonra bitkinlik ve zafiyet oldukça sıktır. Bir veya birkaç gün içerisinde kendinizi daha güçlü hissedeceksiniz. Bazen de uykusuzluk olabilir. Bunu hafifletmeye yardımcı olmak için, ilk hafta boyunca size uyku ilacı verilebilir.
16. Ameliyattan 12 ile 36 saat sonra depresyon görülmesi hiç de nadir bir olay değildir. Burnunuzun ameliyattan sonraki ilk görünümü sizi şaşırtabilir. Sabırlı ve gerçekçi olmanız gerektiğini hatırlayınız. Unutmayınız ki burnunuz cerrahi bir girişime maruz kaldı ve zamanla düzeliş çok daha iyi olacaktır. Burnunuzun tam anlamıyla iyileşmesi 6 ile 12 aylık bir süre gerektirebilir.
17. Pansumanlar alındıktan sonra normal iş hayatınıza dönebilirsiniz (yaptığınız işin türüne bağlı olarak). Küçük berelerin gizlenmesine yardımcı olmak için makyaj kullanılabilir.
18. Ameliyat sonrası randevularınızın hepsine gittiğinizden emin olunuz. Bunlar, doktorunuzun iyileşmenizi ve burnunuzun gelişimini takip etmesi ve burnunuzun görünümündeki gelişimi değerlendirmek için çekilecek ameliyat sonrası fotoğraflar için gereklidir. Ameliyat sonrası randevular, genellikle ameliyattan 1 hafta, 1 ay, 3 ay ve 6 aya verilir.
19. Ameliyat sonu zorunlu olmadıkça iki ay gözlük kullanmayın. Gözlükler sadece alçı tel yerindeyken takılabilir.