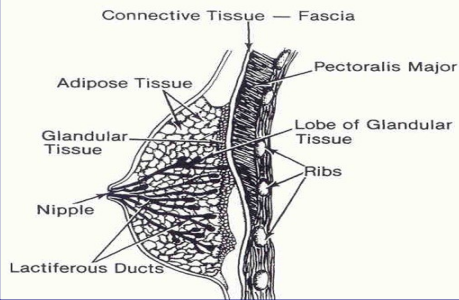




آموزش سلامت دفتر پرستاری

آموزش مراقبت از خود قبل و بعد از جراحی زیبایی سینه (ماموپلاستی)

Anatomy of the Breast



بازنگری: زمستان ۱۴۰۱

تهیه و تنظیم: گروه آموزش پرستاری



اعمال جراحی مرکز شامل:

- ترمیم ناهنجاریها و آسیب های سر و صورت
- ترمیم انواع ناهنجاریهای دست-پیوند دست
- اصلاح ناهنجاریهای دهان و فک
- انواع اعمال جراحی زیبایی

اورژانس بیمارستان ۲۴ ساعته فعال و پذیرای کلیه

بیماران اورژانسی، پیوند دست، ترومای فک و صورت از

کلیه نقاط کشور می باشد.

آدرس: تهران-خیابان سیدجمالالدین اسدآبادی-خیابان ۲۱

تلفن: ۸۸۷۱۷۲۷۲ - نمابر: ۸۸۷۱۵۲۱۶

www.crtfatima.iums.ac.ir

- جهت ترمیم هر چه سریعتر ناحیه عمل رژیم غذایی پرپروتئین و آمیوه طبیعی بخصوص عصاره مرکبات، آب هویج، عسل و لبنیات میل نمائید.

- از خوابیدن و وارد شدن فشار به ناحیه عمل خودداری نمائید و فقط به پشت بخوابید.

آموزش زمان ترخیص:

- در صورت داشتن ترشح از ناحیه عمل یا قرمزی و تورم و احساس گرما به پزشک یا پرستار اطلاع دهید..
- حداقل به مدت یکماه بعد از عمل از کشیدن سیگار خودداری نمائید.

- طبق دستور پزشک حمام نمائید بطور معمول از روز دوم یا سوم بعد از عمل می توانید یک دوش سبک (به مدت ۱۰-۷ دقیقه) بگیرید از کشیدن لیف روی ناحیه عمل خودداری نمائید از شامپو خنثی استفاده کنید. (شامپو بچه)

- از بروز هر گونه صدمه به ناحیه عمل پیشگیری کنید.

- مجددا شروع به مصرف داروهایی که قبل از بیمارستان استفاده می کردید نکنید. ممکن است نیاز به مصرف آنتی بیوتیک های خوراکی تا زمانی که درن ها کشیده شود داشته باشید

ماموپلاستی

ماموپلاستی به معنی ترمیم پستان به منظور زیبایی می باشد که با برداشتن چربی ، بافت غددی ، و پوست از سینه ، سبب ایجاد سایز سینه متناسب با بدن شما می گردد. اگر چه این عمل میتواند برای همه سنین مفید باشد، ولی بهتر است این عمل بعد از اینکه سینه ها رشد کامل کردند انجام شود. بیماران که قصد حامله شدن دارند باید عمل را تا بعد از کامل شدن افراد خانواده به تاخیر بیندازند.

مراقبتهای قبل عمل:

- حداقل ۸ ساعت قبل از عمل ناشتا باشید و از خوردن هر گونه مواد غذایی و مایعات خودداری نمائید.
- حمام کرده ، محل عمل را عاری از مو نمائید.
- قبل از عمل دندان مصنوعی ، لوازم زینتی، انگشتر و... را خارج نمائید

۱

- ناخنهایتان را کوتاه نمائید و لاک نداشته باشید

- مصرف سیگار از ۴ هفته قبل از عمل جراحی قطع شود. در صورتیکه عمل جراحی کوچک باشد، قطع سیگار از ۲ هفته قبل از عمل ضروری است.

- در صورتیکه آسپرین یا داروهای رقیق کننده خون مصرف میکنید قبل از عمل به اطلاع پزشک برسانید (یک هفته قبل از عمل با نظر پزشک قطع نمائید).

-مصرف سایر داروها را به اطلاع پزشک و پرستار برسانید
-شب قبل از عمل استحمام کنید.

مراقبتهای بعد عمل :

- بالا نگه داشتن تنه (قراردادن دو بالش زیر سر و شانه ها یا نیمه نشسته) جهت کاهش ورم حداقل به مدت یک هفته .

- در ۲۴ ساعت اول که در تخت قرار دارید پاها و دستهایتان را در تخت حرکت دهید.

۲

- سرفه و تنفس عمیق داشته باشید در صورت داشتن درد با گذاشتن دستها روی محل بخیه ها براحتی سرفه نمائید

- پانسمان روز چهارم برداشته می شود.

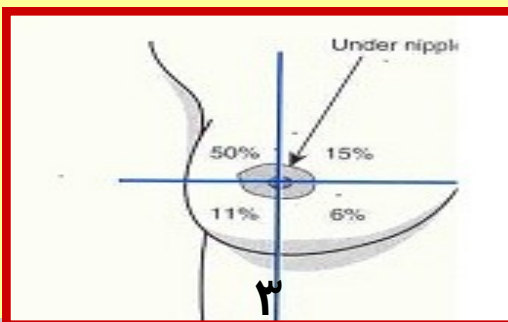
- در صورتیکه زخمتان ترشح دارد هر روز پانسمان را تعویض نمائید.

-در صورت داشتن درن ۲۴ تا ۷۲ ساعت بعد کشیده می شود.

- به مدت ۱۰روز از فعالیت زیاد خودداری نمائید.

-بخیه های اطراف نوک سینه معمولا ۸ روز بعد و بخیه های زیرسینه ۱۲ روز بعد کشیده می شود.

- سوتین طبی را بطور مرتب استفاده نمائید.(به مدت ۲ماه شب و روز غیر از زمان استحمام)



۳