



## آموزش سلامت دفتر پرستاری

### جراحی زیبایی پلک

### (بلفاروپلاستی) چیست

### و چگونه بعد از عمل از خود

### مراقبت کنیم؟



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 - شماره: ۸۸۷۱۵۲۱۶

[www.crtfatima.iums.ac.ir](http://www.crtfatima.iums.ac.ir)

- در صورت داشتن التهاب، قرمزی، تب به کلینیک مراجعه کنید.

- بخیه های ناحیه عمل حداکثر تا روز پنجم کشیده میشود.

- در صورت داشتن تورم و کبودی طرف چشم پس از عمل نگران نباشید حداکثر تا سه هفته بهبود می یابد.

- به مدت یکماه از رانندگی و انجام کارهای دقیق خودداری کنید.(یاطبق دستورپزشک)

- به مدت ۲ ماه از ورزش حادثه آفرین مثل اسکیت و اسکی خودداری کنید.

- از رژیم غذایی پر پروتئین و ویتامین بخصوص آبیوه تازه و مایعات فراوان استفاده نمائید.

- در صورت داشتن تغییر در پیشانی و درد چشم به پزشک مراجعه کنید.

- طبق دستو پزشک به کلینیک مراجعه کنید.



## بلفاروپلاستی

بلفاروپلاستی به معنی برداشت پوست اضافه و چربی های بیرون زده اطراف چشم می باشد. میزان برداشت پوست اضافه از اهمیت بسزایی برخوردار است زیرا در صورت برداشت اضافه ممکن است در بسته شدن پلک ها اشکال ایجاد گردد. با توجه به پوست کیسه ای شکل پلک ها چیزی که باعث ایجاد نگرانی می شود تغییرات بافتی یا سطحی (خطوط ظریف) در اطراف پوست چشم ها است. اگرچه به کمک بلفاروپلاستی می توان کمی از این چروکها را رفع کرد ولی نمی توان تمام خطوط یا چروکهای ناشی از افزایش سن، مواجهه مستقیم با آفتاب یا چروک های ژنتیکی را درمان کرد.



Excess skin removed



Stitches

## مراقبت بعد از عمل

- بالا نگهداشتن سر (قرار دادن دو بالش زیر سر یا نیمه نشسته) جهت کاهش ورم حداقل یک هفته
- به مدت ۲۴ ساعت از کیسه های یخ طبق دستور پزشک، جهت کاهش خونمردگی دور چشمها و صورت استفاده کنید.
- کیسه یخ را داخل دو لایه گاز پیچیده روی پیشانی قرار دهید.
- در ۲۴ ساعت اول که در تخت قرار دارید پاها و دستهایتان را در تخت حرکت دهید.
- تا صبح روز بعد در تخت استراحت نمایید.
- به مدت ۱۰ روز از فعالیت زیاد خودداری نمایید.
- از روز بعد از عمل با کمک پرستار از تخت پائین آمده و راه بروید.
- جهت ترمیم هر چه سریعتر ناحیه عمل رژیم غذایی پر پروتئین و آرمیوه طبیعی میل نمایید.
- داروهای دستور داده شده را سر وقت میل کنید.
- از خوابیدن و وارد شدن فشار به ناحیه عمل خودداری نمایید بیشتر به پشت بخوابید.

## مراقبتهای بعد از ترخیص

- طبق دستور پزشک حمام کنید 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 نمایید از شامپو خنثی استفاده کنید (شامپو بچه)
- از تابش مستقیم نور آفتاب به پلکها جلوگیری نمایید. عینک و ضد آفتاب بزنید و از آرایش چشمها خودداری کنید.
- از خاراندن و دستکاری ناحیه عمل بپرهیزید.
- فقط داروهای تجویز شده توسط پزشک را استفاده نمایید. (به موقع و کامل).
- نسبت به روزهای عادی استراحت بیشتری داشته باشید در ده روز اول از خم شدن و پائین انداختن سر و فعالیتهای شدید خودداری کنید.



قبل از عمل



بعد از عمل