

جراحی زیبایی شکم

آبدومینوپلاستی چيست و چگونه بعد از عمل از خود مراقبت کنیم ؟



واحد آموزش به بیمار

- حداقل یک ماه از لباسهای خشک و تمیز ترجیحا نخی (جهت پیشگیری از حساسیت) استفاده نمائید .
- از لباس های نگه دارنده (گن) به مدت ۳ ماه استفاده نمائید.
- با نظر پزشک ورزش سبک را شروع نمائید که اغلب مواقع زودتر از ۸-۶ هفته امکان ندارد .

اعمال جراحی پلاستیک و زیبایی این

مرکز شامل :

- ترمیم ناهنجاری‌ها و آسیب‌های سرو صورت و اندام‌ها، دهان و فک، شکاف لب و کام، میکروواسکولار، عمل‌های ترمیمی تنه، سوختگی و اسکارها
 - انواع اعمال جراحی زیبایی (رینوپلاستی، بلفاروپلاستی پلک بالا و پایین، لیفت شقیقه، لیفت آندوسکوپیک پیشانی و ابروها، تزریق چربی، آبدومینوپلاستی، ماموپلاستی و لیفت سینه، لیپوساکشن و فرم دهی بدن و صورت)
 - ترمیم انواع ناهنجاریهای دست - پیوند دست
- اورژانس بیمارستان ۲۴ ساعته فعال و پذیرای کلیه بیماران اورژانس، پیوند دست، ترومای فک و صورت از کلیه نقاط کشور می باشد .

- 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) بگیریید از کشیدن لیف روی ناحیه عمل خودداری نمائید و از شامپو خنثی استفاده کنید (شامپو بچه)
- پانسمان را تمیز و خشک نگه دارید و در تاریخهای تعیین شده جهت تعویض پانسمان مراجعه نمائید . جای بخیه ها (اسکارها) در طول ۳ الی ۶ ماه بهبود خواهد یافت و اغلب مواقع بخیه ها قابل جذب هستند .
- به مدت ۱۴ روز استراحت نسبی داشته و سپس کارهای روزمره سبک را شروع نمائید تا ۲ هفته اول باید به حالت خمیده راه بروید .
- برنامه غذایی مناسب (با نظر متخصص تغذیه) را شروع نمائید در صورت عدم رعایت رژیم غذایی مجدد تجمع بافت چربی در ناحیه شکم را خواهید داشت و این امر ارتباطی به نوع جراحی شما ندارد .

ابدومینوپلاستی

ابدومینوپلاستی عبارت است از برداشتن پوست اضافه و چروک خورده شکم، صاف نمودن سطح شکم و بازسازی عضلات شکم چنانچه شل شده باشد. در این عمل ممکن است تنها پوست اضافه و یا چربی اضافه شکم برداشته شود. محل برش در ناحیه خط عرضی پایین شکم می باشد و اطراف ناف بازسازی می شود. جای برش در این عمل برای همیشه به جا می ماند. اغلب مواقع این جراحی همزمان با لیپوساکشن شکم و پهلوها صورت می گیرد.

مراقبت بعد از عمل

- بعد از عمل به مدت حداقل ۵ روز وضعیت نیمه نشسته داشته باشید و توجه شود تا ۲ الی ۳ هفته ادامه یابد.
- این کار را با گذاشتن دو بالش زیر زانو، بالا آوردن تخت در قسمت زیر زانو جهت پیشگیری از فشار روی ناحیه بخیه ها انجام دهید.
- در ۲۴ ساعت اول که در تخت قرار دارید پاها و دستهایتان را در تخت حرکت دهید.

- در روز اول در زمان بستری در صورت داشتن درد در پاها یا قفسه سینه و تنگی نفس به پزشک و پرستار اطلاع دهید.
- سرفه و تنفس عمیق داشت باشید در صورت داشتن درد با گذاشتن دستها روی محل بخیه ها براحتی سرفه نمایید.
- بخیه ها ۲-۳ هفته بعد خارج می شود.
- روز بعد از عمل با کمک پرستار از تخت پایین بیایید ابتدا روی تخت نشسته سپس پاها را از تخت آویزان کرده بعد روی صندلی کنار تخت نشسته در حالیکه سعی می کنید به بخیه ها فشار نیاید طول اتاق را راه رفته و بعد روی صندلی بنشینید.
- پانسمان روز چهارم برداشته می شود و بعد اغلب نیاز به پانسمان نیست
- در صورت داشتن درن، ۳-۷ روز بعد کشیده می شود (یا با نظر پزشک زودتر کشیده می شود)

- در طی این زمان میزان ترشحات باید نوشته شود.
- به مدت یک ماه از فعالیت زیاد خودداری نمایید.
- از بلند کردن اشیاء سنگین خودداری کنید.
- جهت ترمیم هر چه سریعتر ناحیه عمل رژیم غذایی پر پروتئین و آمیوه طبیعی بخصوص عصاره مرکبات، آب هویج، عسل و لبنیات میل نمایید.
- از خوابیدن و وارد شدن فشار به ناحیه عمل خودداری نموده و به پشت و پهلوها بخوابید.
- مراقب درن خود باشید که کشیده و خارج نشود.
- پس از دفع گاز یا شنیدن صدای روده ها توسط پرستار یا پزشک، رژیم غذایی معمولی را شروع نمایید (ترجیحا سبک باشد) و تا حداقل یک هفته از غذاهای نفاخ پرهیز کنید.

مراقبت بعد از ترخیص

- در صورت داشتن ترشح از ناحیه عمل با قرمزی، تورم، احساس گرما و تب به پزشک اطلاع دهید.