

پروتز پستان یکی از جراحی های زیبایی اندام است که در بین زنان از اهمیت بسیار بالای برخوردار است. با استفاده از ایمپلنت و پروتز پستان ها حجیم شده و فرم زیبایی به آنها داده می شود.

مراقبت های بعد از پروتز پستان به منظور برخورداری از بهترین نتیجه پس از جراحی حائز اهمیت است .

❖ پس از جراحی پروتز پستان توصیه می شود در روز اول بیمار همراهی را در کنار خود داشته باشد.

❖ پس از جراحی پروتز پستان برای تسکین درد و جلوگیری از بروز عفونت باید از دارو های تجویز شده توسط جراح بطور مرتب استفاده کند.

چگونه قرار گرفتن در بستر:

در خلال ۳ هفته اول بعد از جراحی سعی نمایید که بجای به پهلو خوابیدن به پشت بخوابید.

هدف آنست که پروتزهای شما در خلال روند التیام اولیه در بهترین محل خود قرار گیرند. چنانچه نمی توانید روی پشت بخوابید ، در اینصورت در وضعیت راحت دیگری بغیر از به شکم خوابیدن قرار بگیرید.

سوتین طبی

سوتین طبی شما به مثابه پانسمان عمل می کند بطوری که پستان ها و پروتزها را در بهترین وضعیت نگاه می دارد. سعی نمایید برای ۴ هفته بصورت تمام وقت (۲۴ ساعته) سوتین طبی خود را ببندید. تا زمانی که پزشک تان اجازه نداده است ، سوتین خود را تمام مدت شبانه روز ببندید و فقط جهت استحمام باز کنید.

استحمام

شما می توانید ۱روز بعد از عمل جراحی با پانسمان که ضد آب است ، استحمام نمایید و تا پنج روز بایستی با پانسمان ضد آب استحمام نموده و بعد از حمام پانسمان را با حوله و یا شسوار خشک نمایید. در زمان استحمام در آوردن سوتین منعی ندارد.

زمان کشیدن بخیه ها

اگر بخیه های جذبی برای شما زده شده است خودشان جذب می شود نیازی به برداشتن ندارند. در صورت استفاده از بخیه های غیرقابل جذب زمان مراجعه برای کشیدن بخیه ها توسط پزشک معالج به شما اطلاع رسانی می شود.

فعالیت بدنی

بعد از عمل جراحی ، حداقل برای مدت دو هفته از بلند کردن اشیا ، بلند کردن دست و یا تحت فشار قرار گرفتن عضلات قفسه سینه خودداری نمایید . همچنین برای مدت دو هفته از وارد آمدن هرگونه فشار مستقیم به قفسه سینه پرهیز کنید.

شما می توانید استحمام کنید ، بنشینید و تلویزیون ببینید. شما می توانید هر فعالیتی که باعث درد و ناراحتی ناحیه عمل تان نشود انجام دهید. اجازه دهید بدنتان به شما بگوید که چه کاری می توانید انجام دهید و چه کاری را نباید انجام دهید.

کمپرس یخ

سرما یا کمپرس یخ تورم ، کبودی و درد را کاهش میدهد . در صورت وجود کبودی خرده یخ را در کیسه های زیپ دار قرار داده روی سینه خود قرار دهید . مدت قرار دادن کیسه یخ باید آنقدر باشد که سرمای آن موجب ناراحتی شما نگردد.

استعمال دخانیات

مصرف سیگار باعث کاهش جریان خون در عروق پوستتان می شود لذا توصیه می شود که در ۱۵ روز اول بعد از عمل جراحی به هیچ وجه سیگار نکشید.

مصرف الکل

الکل عروق خونی را متسع می سازد و ممکن است با مصرف الکل احتمال خونریزی بعد از عمل افزایش یابد ، لذا تا قطع مصرف داروهای مسکن و ضد درد که خود از عوامل تشدید خونریزی هستند از مصرف الکل پرهیز نمایید.

تورم و درد

انتظار قدری ناراحتی بعد از عمل را باید داشته باشید بویژه اگر پروتز زیر عضله شما قرار داده شده باشد. با مصرف منظم داروهای ضد درد و مسکن درد و ناراحتی شما به حداقل می رسد.



مراقبت های بعد از تعبیه پروتز پستان



تهیه و تنظیم:

گروه آموزش به بیماران ارتقای سلامت بیمارستان مهراد

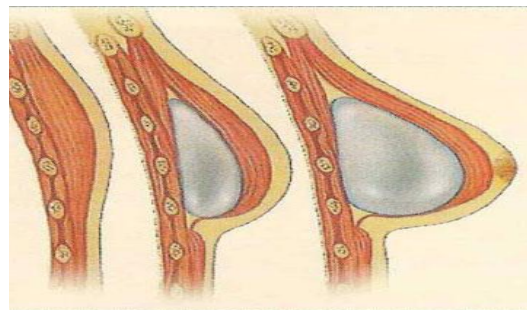
تاریخ بازنگری : اردیبهشت ۱۴۰۵

اصول کلی مراقبت از زخم

روند ترمیم زخم حدود ۱ سال بطول می انجامد، در ابتدا پس از عمل زخم ظاهر خوبی دارد. پس از گذشت حدود ۱ الی ۲ ماه زخم قرمز تیره شده و به سمت ارغوانی شدن تغییر رنگ می دهد، زخم از سطح پوست برجسته شده و بدترین شکل زخم حدود ۵-۳ ماه پس از عمل خواهد بود. پس از این مدت زمان زخم تدریجا به سمت کم رنگ شدن رفته و سطح زخم مسطح می شود بطوریکه حدود یکسال پس از عمل، فقط خط باریکی به جا می ماند. بنابراین برای رویت نتیجه بایستی یک سال صبر کرد.

بازگشت به محیط کار

معمولا" بیماران بعد از ۲-۱ دو هفته بعد از عمل می توانند به سرکار خود باز گردند یا اینکه فعالیت اجتماعی داشته باشند با این وجود بدلیل تفاوت هایی که در روند التیام زخم در افراد مختلف وجود دارد ممکن است گاهی" تا یکماه کامل نیاز به پرهیز از فعالیتهای اجتماعی باشد.



رانندگی

چنانچه پروتز زیر عضله قرار داده شده است، مشروط بر آنکه فرمان اتومبیل شما هیدرولیک باشد یک هفته بعد از عمل می توانید رانندگی نمایید ولی به یاد داشته باشید که فرمان اتومبیل را در نیمه پایین آن بگیرید بدین ترتیب به عضلات روی پروتز فشار کمتری وارد می آید.

ورزش

شما می توانید ظرف چند روز بعد از عمل جراحی پیاده روی سبک داشته باشید ولی تا ۶ تا ۸ هفته بعد از عمل جراحی از انجام ورزشهای آئروبیک پرهیز نمایید.

فعالیت جنسی

شما در صورتی که در لمس دردی نداشته باشید و به عبارت دیگر بدنتان اجازه دهد می توانید فعالیت جنسی داشته باشید.

آفتاب گرفتن

چنانچه اسکار (محل جراحی) تازه در مقابل نور خورشید قرار بگیرد تمایل به تیره شدن دارد و زمان بیشتری طول می کشد تا این تیرگی برطرف شود. بدلیل آنکه بدنبال عمل جراحی، قدری بی حسی در سینه ها ایجاد میشود لذا ممکن است دچار آفتاب سوختگی شوید و متوجه آن نگردید.