



بلفاروپلاستی (جراحی پلک برای زیبایی)



بلفاروپلاستی یا جراحی پلک، نوعی جراحی زیبایی چشم است که به منظور رفع افتادگی پلک و پف پلک ها در پلک های پایینی، بالایی یا هر دو انجام می شود. این عمل یکی از رایج ترین عمل های جوان سازی صورت است که معمولاً به صورت سرپایی انجام می شود و نیاز به بستری ندارد.

خودمراقبتی بعد از عمل

- استراحت کافی باید داشت و از یک رژیم غذایی متعادل پیروی کرد.
- یبوست یکی از عوارض جانبی کاهش فعالیت، استفاده از داروهای مسکن و کم آبی بدن است، حتماً باید پیاده روی کرد، به طور منظم مایعات نوشید و در رژیم غذایی میوه خام مصرف کرد.
- داروهای مسکن را طبق دستور مصرف کرد. آسپرین یا هر محصول دیگری مصرف نکرد مگر اینکه توسط جراح تایید شده باشد.
- زمانی که از داروهای ضد درد استفاده می شود، الکل نباید نوشید (موجب احتباس مایعات می شود)، رانندگی نکرد، یا تصمیمات مهمی نگرفت.
- از سیگار و افراد سیگاری دور بود چون موجب بروز مشکلات جدی درمانی می شود.
- معمولاً توصیه می شود سر را ۴۵ درجه بالا نگه داشت. این اقدامات به کنترل ورم و کبودی محل عمل کمک زیادی میکند.
- معمولاً ورم و کبودی پس از یک هفته به حداکثر می رسد و ظرف ۴-۲ هفته برطرف می گردد.
- در هفته های اول پس از عمل ممکن است اشکریزش، حساسیت به نور و تغییرات گذرای بینایی (مثل تاری دید یا دوبینی) ایجاد شود که به تدریج برطرف می گردد.

- از فعالیت هایی که فشار خون را بالا می برد، از جمله خم شدن، بلند کردن اجسام سنگین و ورزش های سخت تا ۳-۴ هفته خودداری کرد.
- فعالیت ها را برای ۳-۵ روز به حداقل رساند. از فعالیت های شدید به مدت ۲-۳ هفته اجتناب کرد.
- بعد از ۲ تا ۳ روز می توان تلویزیون تماشا کرد یا کتاب مطالعه کرد.
- ممکن است هنگام خواب به سختی چشمان خود را بست.
- کبودی و تورم پلک ها ممکن است ۱-۲ هفته طول بکشد.
- بهبودی یک فرآیند تدریجی است و جای زخم ها ممکن است به مدت ۶ ماه یا بیشتر کمی صورتی باقی بماند.
- بخیه ها معمولاً در عرض ۵-۷ روز برداشته می شوند.
- حداقل به مدت ۱۲ ماه در معرض آفتاب قرار نگیرد.
- اگر قرار گرفتن در معرض نور خورشید اجتناب ناپذیر است باید همیشه از ضد آفتاب قوی (SPF 30 یا بالاتر) و از عینک آفتابی استفاده کرد.
- محل عمل را با آب و صابون تمیز نگه داشت و هر روز از نظر عفونت بررسی کرد.
- در ۲۴ ساعت اول برای کاهش تورم و کبودی از کمپرس سرد استفاده کرد.
- به طور کلی، به موها می توان در هر زمانی پس از جراحی شامپو زد.
- گاهی برای شب اول چشم ها را پانسمان می کنند.
- حداکثر ناراحتی، در چند روز اول رخ می دهد و روز بعد بهبود می یابد.
- انتظاری رود تورم موقت پلک ها، سفت شدن پلک ها، کبودی، خشکی، سوزش و خارش چشم وجود داشته باشد.

چه زمانی باید با پزشک تماس گرفت؟

- اگر تورم و قرمزی و کبودی برای چند روز ادامه داشته باشد و یا افزایش یابد.
- اگر درد آنقدر شدید باشد که با دارو برطرف نشود.
- اگر هر گونه ترشحات زرد یا سبز از سبز ها وجود داشته باشد و یا متوجه بوی بد از محل برش شد.
- اگر از محل برش خونریزی باشد که با فشار کم قطع نشود.

reference:

www.dannymorrison.co.uk