



Plastische Chirurgie • Dr. Heitland

Schönheit im Zentrum

Nachsorgeempfehlungen nach einer Nasenkorrektur

Liebe Patientin,

Einleitung

Bitte lesen Sie diese Verhaltensmaßregeln sehr genau vor und nach der Operation. Wenn Sie sie sorgfältig beachten, werden sie mit dazu beitragen, ein optimales Ergebnis der Operation zu erreichen. Bei Fragen wenden Sie sich bitte jederzeit an mich. Bringen Sie diese Liste mit ins Krankenhaus, und beachten Sie die folgenden Richtlinien vom Tag der Operation an:

Verhaltensmaßnahmen

1. Putzen Sie die Nase erst, wenn es von uns ausdrücklich erlaubt ist. Kommt es zu Blut- oder Sekretaustritt, ist allenfalls eine vorsichtige Säuberung (Wischen, Tupfen) mit einem Kleenex-Tuch gestattet.
2. Wechseln Sie die Nasenschleuder (falls vorhanden), bis die Wundsekretion sistiert.
3. Der äußere Nasengips soll für ca. eine Woche verbleiben und wird dann in der Praxis (Ambulanz) entfernt. Manipulieren Sie nicht an dem Gips herum, achten Sie darauf, dass der Gips trocken bleibt.
4. Vermeiden Sie Speisen, die längere Kaubewegungen erforderlich machen. Andernfalls hat Ihre Ernährung von seiten der Operation keinerlei Beschränkung.
5. Vermeiden Sie extrem physische Aktivität. Halten Sie stattdessen mehr Ruhe ein als gewöhnlich, und vermeiden Sie Anstrengungen einschließlich sportlicher Aktivitäten und Intimkontakt.
6. Putzen Sie die Zähne vorsichtig mit einer weichen Zahnbürste. Vermeiden Sie Manipulationen an der Oberlippe.
7. Vermeiden Sie zu lange Telefongespräche und gesellschaftliche Aktivitäten für mindestens 10-14 Tage.
8. Sie dürfen Ihr Gesicht waschen. Vermeiden Sie es dabei, den Verband zu befeuchten. Nehmen Sie möglichst ein Bad in der Badewanne, und vermeiden Sie zu duschen, bis der Verband entfernt worden ist.
9. Vermeiden Sie Lachen und andere exzessive Gesichtsbewegungen für eine Woche.
10. Waschen Sie Ihr Haar eine Woche lang nicht, es sei denn, sie haben jemanden, der es für Sie wäscht. Achten Sie darauf, dass der Verband nicht befeuchtet wird.
11. Tragen Sie nur Kleidung, die sich vorne oder hinten schließen lässt. Vermeiden Sie Kleidungsstücke, die über den Kopf gezogen werden müssen (Pullover, T-Shirt).
12. Absolut verboten ist natürliche oder künstliche Sonnenexposition für 6 Wochen nach der Operation, die Hitze kann zu einer Schwellung der Nase führen.
13. Vermeiden Sie einen Monat lang zu schwimmen, da es hierbei häufig zu Verletzungen kommt.
14. Seien Sie nicht beunruhigt, wenn nach Entfernung des Gipses Nase, Augen und Oberlippe noch geschwollen und farblich verändert sind – dies verschwindet normalerweise nach 2-3 Wochen. Bei manchen Patienten kann es allerdings bis zu 12 Monaten dauern, bis die Schwellungen vollständig abgeklungen sind.
15. Nehmen Sie nur die Medikamente ein, die der Arzt verschrieben hat.



Plastische Chirurgie • Dr. Heitland

Schönheit im Zentrum

- 16.** Tragen Sie keine normalen Brillen oder Sonnenbrillen, die auf der Nase ruhen, und zwar für mindestens 4 Wochen. Wir zeigen Ihnen wie Sie ihre Brille befestigen können und gleichzeitig Druck auf der Nase vermeiden.
- 17.** Kontaktlinsen dürfen ab dem zweiten oder dritten Tag nach der OP wieder getragen werden.
- 18.** Wenn der Arzt den Nasengips entfernt hat, sollte die Haut vorsichtig mit einer milden Seife oder Lotion gereinigt werden. Make up darf nach Entfernung des Gipses benutzt werden, um Farbveränderungen zu kaschieren. Es können z.B. „Erase“ von Max Factor, „Cover Away“ von Adrien Arpel oder „On Your Mark“ von Kenneth verwandt werden.
- 19.** Gehen Sie kein Risiko ein, wenn Sie über irgendetwas beunruhigt sind, das Sie für wichtig erachten, rufen Sie mich an.
- 20.** Wenn wir den Nasengips entfernen, wird Ihre Nase für mehrere Wochen geschwollen bleiben. Beachten Sie, dass es mindestens ein Jahr dauert, bis sämtliche Schwellungen abgeklungen sind.