ماموپلاستی

تعریف:

جراحی ترمیمی پستان برای کوچک یا بزرگ کردن سینه ها یا ترمیم افتادگی پستان یا پس از عمل ماستکتومی (برداشتن سینه)انجام می شود . این جراحی تحت بیهوشی عمومی انجام می شود و بیمار یک شب در بیمارستان اقامت دارد.

مراقبتهای قبل از عمل:

۱. روز قبل از عمل حمام نمایید.

۲. ۸ ساعت قبل از عمل ناشتا باشید.

۳.در صورت مصرف هرگونه دارو از جمله داروهای ضدانعقاد، گیاهی، هورمونی به پزشک و پرستار خود اطلاع دهید: مثل قرص ضد بارداری

۴. در صورت داشتن هرگونه حساسیت دارویی ، غذایی ، فصلی و هرگونه بیماری خاص به پزشک و پرستار خود اطلاع دهید.

*از دو هفته قبل از عمل تا یک هفته پس از عمل از مصرف بروفن، آسپرین و ویتامین E و از استعمال دخانیات خودداری نمائید. (بهتر است تمام مسکن ها در دوره قبل و بعد از جراحی به جز استامینوفن مصرف نگردد.)

مراقبتهای بعد از عمل:

۱. تا هوشیاری کامل بعد از عمل چیزی خورده نشود و بعد از آن ابتدا مایعات و سپس رژیم معمولی داشته باشید.(با هماهنگی پرستار خود)

۲. طبق دستور پزشک مسکن خود را مصرف نمایید.

۳. سر تخت ۴۵ درجه باشد.

۴. پاهای خود را در تخت حرکت دهید تا گردش خون خوبی در پاهای خود داشته باشید.

۵. درن(لوله داخل سینه)روز سوم و توسط پزشک خارج می شود.

۶. بانداژهای شما توسط پزشک باز خواهد شد و بعد از آن از یک سینه بند مخصوص که به دستور پزشک شما تهیه شده است استفاده خواهید نمود. (تا دو هفته می بایست یک روز در میان پانسمان تعویض شود.)

آموزش و ارتقاء سلامت:

۱. آناناس تازه در کاهش ورم و بهبودی زخم ها موثر است.

۲. میوه ، ماهی و امگا۳ مصرف نمایید.

۳. بخیه ها جذبی است و نیاز به کشیدن ندارد.

۴. بستن سینه بند مخصوص تا مدتی(طبق دستور پزشک) الزامی می باشد.

۵. بی حسی تا چند ماه طبیعی است و برطرف می گردد.

۶. در صورت درد، تورم ، ترشح ، خونریزی از محل درن به پزشک خود مراجعه نمایید .

۷. رژیم کم نمک داشته باشید.

۸. از مصرف سیگار جداً بپرهیزید.

۹. پس از گذشت ۱ تا ۲ ماه خط زخم قرمز و تیره می شود و به سمت ارغوانی شدن پیش می رود ، نگران نباشید. به مرور زمان زخم کم رنگ و سطح آن مسطح می شود و یکسال پس از عمل فقط خط باریکی از آن به جا می ماند.

۱۰ . به پهلو خوابیدن بلامانع است ولی تا دو ماه به روی سینه نخوابید.

۱۱. از روز پنجم پس از عمل می توانید با احتیاط استحمام نمائید.

۱۲. پیاده روی کنید و ورزش های سبک را پس از ۶-۴ هفته و ورزش های سنگین را پس از سه ماه میتوانید انجام دهید.

۱۳. پس از این عمل بارداری بلامانع می باشد، ولی ممکن است قوام و ظاهر سینه تغییر کند. همچنین ممکن است توانایی شیردهی از بین برود.

۱۴.در یک تا دو روز اول ممکن است چند قطره خون از محل بخیه ها خارج شود که طبیعی بوده و جای نگرانی ندارد.

شناسنامه محتوای آموزشی	
موضوع	**خودمراقبتی در ماموپلاستی**
تهیه کننده	**سجاد وردی–سوپروایزر آموزشی**
تایید کننده علمی	**جناب آقای دکتر محسن طالبیان فر**
سمت	**فوق تخصص جراحی پلاستیک و زیبایی**
تاریخ تهیه	1402
تاریخ بازنگری	1404
کد	MA-FO-09