Memorial Sloan Kettering Cancer Center

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ И УХАЖИВАЮЩИХ ЗА НИМИ ЛИЦ

Уход за собой после блефаропластики

Эта информация поможет вам в уходе за собой дома после блефаропластики (пластики век).

Уход за собой после операции

Следуйте этим рекомендациям по уходу за собой после операции.

- Во время поездки домой наденьте темные солнцезащитные очки. У вас может быть чувствительность к свету.
- Мазь, которая использовалась во время операции, может сделать ваше зрение нечетким. Это временно и обычно проходит в течение 24 часов.
- Не носите контактные линзы как минимум 2 недели после операции. Вы можете носить очки.
- Не садитесь за руль автомобиля, пока не прекратите прием обезболивающих препаратов и ваше зрение не восстановится. Убедитесь, что вы можете безопасно и комфортно управлять автомобилем. Обычно это происходит через 5–10 дней после операции.
- Важно соблюдать покой и находиться в тишине в первые 3–4 дня после операции. Для этого выполните нижеследующее.
    - Избегайте физической нагрузки, например поднятия тяжестей и физических упражнений.
    - Сообщите медицинскому сотруднику, если у вас появилась тошнота (ощущение приближающейся рвоты) или симптомы простуды.

Важно избегать чихания, кашля и рвоты, насколько это возможно. Это может повысить кровяное давление и вызвать кровотечение на участках, где была проведена операция.

- В течение 2 недель после операции избегайте наклонов корпуса или поднятия предметов тяжелее 5 фунтов (2,3 кг). Поговорите со своим хирургом перед возвращением к привычным делам, например поднятию тяжестей и физическим упражнениям.

- В течение 2 недель или согласно указаниям хирурга приподнимайте голову с помощью 2–3 подушек во время отдыха и сна. Это поможет предотвратить отек на тех участках, где была проведена операция.
- После операции ваши глаза могут быть отекшими и с кровоподтеками. Обычно веки отекают сильнее рано утром, а в течение дня, когда вы сидите или ходите, отек спадает.
- Также у вас могут отекать щеки и линия подбородка. Это начнет проходить через 2–3 недели после операции.

Холодные компрессы и глазные капли

Перед операцией медсестра/медбрат покажет вам и ухаживающему за вами лицу, как использовать холодные компрессы и глазные капли из стерильного физраствора. Медсестра/медбрат также выдаст вам стерильный физиологический раствор, глазные капли и стерильные марлевые салфетки.

Выполните следующие действия, чтобы сделать холодный компресс после операции:

1. Перед нанесением холодных компрессов и использованием глазных капель мойте руки не менее 20 секунд.
2. Сделайте холодный компресс, смочив стерильную марлевую салфетку стерильным физраствором. Вы можете хранить флакон с физраствором в холодильнике, морозилке или поставить на лед.
3. Прикладывайте холодный компресс к векам каждые 10–15 минут (на 10–15 минут приложить, на 10–15 минут снять) в течение первых 24 часов

после операции. Постарайтесь выполнить это столько раз, сколько сможете пока вы бодрствуете. После 24 часов холодные компрессы не так эффективны.

Используйте стерильные глазные капли с физраствором, если у вас нечеткое зрение или если ваш медицинский сотрудник назначил вам глазную мазь. Используйте глазные капли каждые 4 часа, закапывая их во внутренний уголок глаза. Не оттягивайте веки при использовании глазных капель.

Душ и нанесение макияжа

Вы можете принимать душ ниже шеи сразу после операции. Не принимайте душ с головой, пока ваш хирург не подтвердит, что это безопасно. Обычно это происходит на 5 день после операции. Вы можете аккуратно помыть область ниже глаз влажной или мягкой махровой салфеткой. Вы можете использовать сухой шампунь для волос. Как только вам можно будет принимать душ с головой, вы можете помыть веки и волосы с мягким средством, например детским шампунем.

В течение 2 недель после операции не наносите кремы или косметику (например, тени для век, карандаш для глаз или тушь для ресниц) на участки, где была проведена операция. Вы можете использовать кремы и косметику на остальной части лица.

Последующее наблюдение

Вам снимут швы на 2-х разных приемах в промежутке между 2-м и 7-м днями после операции. Медсестра/медбрат запишет вас на эти приемы.

Позвоните своему медицинскому сотруднику, если у вас:

- температура 100,4 °F (38 °C) или выше;
- потрясающий озноб;
- тошнота (ощущение подступающей рвоты);

- рвота;
- боль, отек и покраснение участков, где была проведена операция, и эти симптомы усиливаются;
- непрекращающиеся выделения из швов;
- разошлись швы;
- внезапная одышка или проблемы с дыханием;
- любые непонятные или неожиданные симптомы.

Если у вас есть вопросы или опасения, позвоните своему медицинскому сотруднику. Специалист вашей лечащей команды ответит на звонок с понедельника по пятницу с 9:00 до 17:00 В другое время вы можете оставить сообщение или поговорить с другим врачом центра MSK. Вы всегда можете связаться с дежурным врачом или медсестрой/медбратом. Если вы не знаете, как связаться со своим медицинским сотрудником, позвоните по номеру 212-639-2000.

Дополнительную информацию см. в нашей виртуальной библиотеке на сайте www.mskcc.org/pe.

Все права защищены и принадлежат Memorial Sloan Kettering Cancer Center