



THIAGO BARROS
ARTE EM RINOPLASTIA

ORIENTAÇÕES PARA SUA CIRURGIA DO NARIZ

Pré operatório

- Iniciar o jejum (até água) 8 horas antes da cirurgia.
- Tomar banho de corpo inteiro antes da cirurgia, lavando bem os cabelos e a face.
- Levar todos os exames pré-operatórios que foram solicitados (sangue, cardiologista e imagens da tomografia).
- Levar a guia do convênio autorizada, quando for o caso.
- Assinar o termo de consentimento e entregar na recepção do consultório.
- Chegar ao hospital unimed no horário agendado para internação.
- Meias médias compressão venosan 7/8, calçar em casa antes de ir para o hospital.
- Não usar nenhum produto/maquiagem no rosto no dia da cirurgia.

Pós-operatório

- Não pegar peso acima de 15 Kg e não fazer atividades físicas que façam suor (esportes, caminhada, atividade sexual intensa) durante 15 dias.
- Pode fazer atividades sem esforço físico já no dia seguinte à cirurgia (p.ex. leitura, trabalhos em computador, etc).
- Não pode cozinhar e se aproximar de local quente (fogão, churrasqueira, lareira) por 5 dias.
- Não assoar, puxar ou fungar o catarro do nariz.



THIAGO BARROS
ARTE EM RINOPLASTIA

- Não ficar exposto ao sol durante 40 dias, como em piscina, praia ou caminhada, porém pode fazer pequenas exposições ao sol como sair de casa no terceiro dia após a cirurgia.
- Se você fez a rinoplastia (cirurgia plástica do nariz) não pegue sol enquanto estiver roxo (pode durar em torno de 15 dias) e use filtro solar já no segundo dia da cirurgia pela manhã e retocar à tarde independente de sair de casa ou não.
- Pode dirigir na cidade. Use ar condicionado no carro ou as janelas abertas. Pode dirigir na estrada após 15 dias, somente se o carro tiver direção hidráulica e ar condicionado para não haver esforço físico exagerado.
- Inicie a lavagem nasal no dia seguinte à cirurgia, com Soro Fisiológico 0,9% ou Rinossoro / Maresis / Salsep (vide receita médica).
- Durma a primeira noite com 2 a 3 travesseiros. Após a primeira noite não há mais necessidade de dormir com a cabeceira elevada.
- Mantenha o quarto arejado com ar condicionado, ventilador ou janelas abertas durante a primeira semana.
- Dieta liberada. Não há necessidade de mudar a alimentação habitual, mas não pode comida e bebida muito quente (temperatura alta) durante a primeira semana.
- Não tome banho muito quente. Liberado banho morno. Pode e deve lavar a face para evitar excesso de oleosidade na face. Não há problema em molhar o curativo nasal. **VOCÊ DEVE TOMAR BANHO LOGO APÓS A ALTA HOSPITALAR.**
- Lave a face diariamente com seu sabonete usual. Evite acúmulo de crostas e secreções nas incisões e pontos da rinoplastia. Pode colocar algodão umedecido em água no local para amolecer as crostas das bordas das narinas e columela.
- Se houver sangramento mais intenso, pressionar o nariz com os dois dedos (como se fosse um pregador de roupas na parte mais mole do nariz) durante 15 minutos e colocar gelo. Não soltar os dedos do nariz durante os 15 minutos. Não colocar a cabeça para trás. Cuspir em um recipiente ou na pia se descer sangue pela garganta.



- Colocar as bolsinhas de gelo sobre o nariz de hora em hora durante 15 minutos por 2 dias. Não há necessidade de gelo durante a madrugada e nem após os 2 primeiros dias.
- Não colocar o dedo no nariz, papel, cotonete e lenço. Quando estiver incomodando faça lavagem nasal conforme receita médica.
- Se você foi submetido a Rinoplastia (cirurgia plástica de nariz), não deixe seu nariz em contato direto com superfície rígida ao dormir. Pode dormir de lado, mas com travesseiro macio e com nariz suspenso no ar, se encostar em local macio não há problema.
- Dores de cabeça leve e no rosto podem aparecer.
- Aumento da temperatura até 38 graus no pós-operatório é comum e isto não significa febre.
- É comum o céu da boca ficar parecendo anestesiado, assim como os dentes superiores e na entrada das narinas. Esta sensação melhora no decorrer das semanas após a cirurgia.
- Nos primeiros dias sai uma secreção sanguinolenta pelo nariz. Depois de alguns dias muda-se o aspecto desta secreção para transparente, amarelada e depois preta (semelhantes a casca de machucado).
- É comum o nariz ficar congestionado nas primeiras semanas, pela secreção e inchaço interno. Com o tempo o nariz vai ficando desobstruído podendo levar de 15 a 30 dias, mas a cada semana a sensação de nariz entupido vai melhorando. Quando tiver incomodo, faça lavagem nasal. O objetivo da lavagem não é retirar nada de dentro do nariz, serve apenas para deixá-lo úmido, hidratado deixando as secreções mais fluidas.
- Pode ocorrer sangramento nasal tardio, até 40 dias após a cirurgia, mesmo já estando tudo cicatrizado. Nestes casos coloque o dedo indicador e polegar pressionando o nariz. Não solte o nariz durante 15 minutos. Não coloque a cabeça para trás. Mantenha a cabeça para frente em uma pia para cuspir se descer sangue pela garganta e coloque gelo em cima do nariz. Se o sangramento persistir com estas manobras, não vá direto para nenhum hospital, ligue antes nos celulares abaixo para orientações. Este acontecimento pode ocorrer, mas é raro.
- Ligar para o consultório e agendar o seu retorno para 07 a 10 dias após a cirurgia.