

CONSEILS POSTOPÉRATOIRES

RHINOPLASTIE

Votre retour à la maison.

Vous pouvez boire et manger ce que vous désirez selon votre tolérance. Hydratez-vous bien.

Si vous présentez des nausées, vomissements et/ou douleur, référez-vous à la prescription qui vous a été remise avant la chirurgie et utilisez la médication appropriée.

La douleur se présentera sous forme de céphalées et de pression qui se dissipent dans les premiers 24 heures.

Vous noterez la présence d'une attelle métallique collée sur le dessus du nez qui restera en place de 5 à 10 jours. Il ne faut pas la retirer ni cogner cette région. Elle aide à résorber l'œdème.

Vous noterez la présence de mèches à l'intérieur de vos narines qui vous empêcheront de respirer librement par le nez, vous devez respirer par la bouche. Les mèches sont présentes pour éviter un saignement ou pour stabiliser la cloison du nez. Il ne faut pas les retirer avant votre visite à la clinique dans les jours suivant votre chirurgie. Lorsque les mèches sont retirées, vous pouvez débiter l'utilisation de Salinex.

Vous devez vous abstenir de vous moucher pour les 3 prochaines semaines.

L'utilisation d'un humidificateur peut s'avérer utile afin de diminuer la sécheresse buccale.

Vous devez dormir en position surélevée à 45° pour une période de 2 jours. Il est préférable de demeurer assis plutôt que couché afin de faciliter la respiration et de diminuer l'œdème.

Vous pouvez faire des applications de froid de 5 à 10 minutes de 3 à 4 fois par jour. Ceci permet de diminuer la douleur et l'œdème.

Nous vous recommandons d'utiliser des petits pois vert congelés mis préalablement dans des sacs Ziploc. N'appliquez jamais le froid directement sur les paupières afin d'éviter les engelures.

Évitez de faire rougir votre visage et de faire monter votre tension artérielle:

- Essayez de ne pas tousser ou éternuer.
- Évitez de lever des objets lourds.
- Éviter de pencher la tête vers le bas pour attacher vos souliers.
- Ne pas forcer aux toilettes.
- Éviter de vous choquer.
- Évitez les émotions fortes.

Vous pouvez prendre votre douche 24 heures après la chirurgie, mais évitez de mouiller le nez (attelle).

Vous pourrez vous maquiller dès le lendemain de la chirurgie.

Il est préférable de porter des verres de contact plutôt que des lunettes durant les 3 prochaines semaines afin d'éviter le déplacement des os du nez.

Nous suggérons d'éviter l'exposition au soleil des régions présentant des ecchymoses jusqu'à leur disparition.

Protégez votre nez lors d'exposition à des températures excessives.

Les massages de votre nez seront expliqués et débutés après le retrait de l'attelle.

Il est recommandé d'éviter les efforts physiques pour une période de 3 semaines.

Si vous avez des questions ou des inquiétudes, n'hésitez pas à nous contacter à la clinique durant les heures ouvrables ou encore sur le cellulaire si urgence.