

## Verhaltensmaßnahmen nach PLASTISCHER NASENCHIRURGIE

Bitte lesen Sie diese Verhaltensmaßnahmen vor und nach der Operation sehr genau durch. Wenn Sie diese sorgfältig beachten, werden Sie mit dazu beitragen, ein optimales Operationsergebnis zu erreichen.

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. „Hochziehen“ ist erlaubt.
2. Kühlen Sie die Nase seitlich und die Augen innerhalb der ersten 3 Tage intensiv.
3. Ab dem zweiten Tag nach der Operation beginnen Sie mit **Nasenspülungen** (Emser Salz, Meersalz). Die Spülungen sollten für die nächsten 6 Monate weitergeführt werden. Nach dem Spülen sollte die Nase mit weicher Nasensalbe gepflegt werden (s. Rezept). Die Salbe sollte in die Nasenlöcher appliziert werden und etwas einmassiert werden (gelingt erst richtig nach Entfernung der Nasenschienen).
4. Die innere Nasenscheidewand wurde mit **Silikonschienen** stabilisiert. Diese verbleiben in der Regel 5- 7 Tage und werden ambulant schmerzfrei entfernt. Alle **Fäden** in der Nase sind resorbierbar und müssen daher nicht entfernt werden. Etwaige **Fäden** am äußeren Nasensteg werden ebenfalls nach 5-7 Tagen entfernt.
5. Die äußere **Nasenschiene** wird nach 7 Tagen in der Praxis gewechselt und nach 14 Tagen komplett abgenommen.
6. Vermeiden Sie extreme physische Aktivität. Halten Sie stattdessen mehr Ruhe ein als gewöhnlich und vermeiden Sie übermäßige Anstrengungen einschließlich sportlicher Aktivitäten.
7. Putzen Sie die Zähne vorsichtig mit einer weichen Zahnbürste. Vermeiden Sie Manipulationen an der Oberlippe.
8. Sie dürfen Ihr Gesicht waschen. Vermeiden Sie 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. 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 dabei nicht befeuchtet wird.
10. Absolut verboten ist direkte natürliche oder künstliche Sonnenexposition der Nasen- und Augenregion für mindestens 6 Monate nach der Operation. Die UV-Strahlung kann zur dauerhaften Verfärbung der Unterlider führen.
11. Seien Sie nicht beunruhigt, wenn nach Entfernung der äußeren Nasenschiene Nase, Augen und Oberlippe noch geschwollen und farblich verändert sind – dies verschwindet normalerweise nach 2-3 Wochen. Es kann bis zu 6-12 Monaten dauern, bis sämtliche Schwellungen abgeklungen sind.
12. Tragen Sie keine normalen Brillen oder Sonnenbrillen, die auf der Nase ruhen, und zwar für mindestens 4 Wochen. Der Brillensteg sollte von Ihrem Augenoptiker neu angepasst werden.
13. Kontaktlinsen dürfen vom zweiten oder dritten Tag nach der Operation an wieder getragen werden.
14. Wenn die äußere **Nasenschiene** entfernt ist, sollte die Haut vorsichtig mit einer milden Seife oder Lotion gereinigt werden. Make-up darf nach Entfernung der Nasenschiene benutzt werden, um Farbveränderungen zu kaschieren.
15. Nach Entfernen der äußeren Nasenschiene tapen Sie bitte für weitere 3 Wochen die Nase zur Nacht mit **Papierpflaster** (...erhalten Sie in der Praxis)!

Im Zweifelsfall rufen Sie uns bitte in der Praxis an!  
Telefon: 0821/508578-10

Prof. Dr. E. Gehrking