

## Postoperative Verhaltensmaßnahmen nach einer Nasenkorrektur

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient.

Um einen komplikationslosen Heilungsprozess nach der durchgeführten Nasenoperation zu unterstützen und ein optimales Ergebnis zu erzielen, ist es dringend erforderlich, dass Sie die folgenden postoperativen Anordnungen befolgen.

Im Rahmen der Nasenkorrektur wurde u. U. der Knochen gebrochen, was eine Schienung mittels Nasengips zur Folge hat. Ebenso haben Sie ggf. innere Silikonschienen zur Abstützung der Nasenscheidewand.

Während der ersten 3 Tage ist es außerordentlich wichtig, dass Sie mit leicht erhöhtem Oberkörper viel liegen und nach Möglichkeit Augen- und Wangenpartie mit Eispackungen durchgehend, auch nachts, kühlen. Sie können selbstverständlich aufstehen und sich frei bewegen, strengen Sie sich jedoch nicht an und bücken Sie sich nicht mit dem Kopf nach unten. Nach Möglichkeit sollten Sie sich nicht schnäuzen und falls Sie niesen oder husten müssen, so tun Sie dies bitte mit offenem Mund. Beim Putzen der vorderen Zähne verwenden Sie bitte eine elektrische Zahnbürste oder eine kleine Kinderzahnbürste und halten Sie die Oberlippe geringfügig nach oben angehoben. Das Zähneputzen im seitlichen Bereich und im Unterkiefer kann wie gewohnt erfolgen.

Schlafen sollten Sie ausschließlich auf dem Rücken mit leicht erhöhtem Oberkörper. Um eine Drehung zur Seite während der Nacht zu verhindern ist es hilfreich, wenn sie eine Nackenrolle oder ein Nackenhörnchen verwenden. Durch Drehung zur Seite kann u. U. eine Gesichtshälfte verstärkt anschwellen oder sich der Gips und damit der frisch operierte Nasenrücken verschieben.

Unter Aussparung des Gesichtes können sie am 1. postoperativen Tag duschen. Haare sollten Sie, wenn überhaupt, mit dem Kopf nach hinten waschen. Vermeiden Sie auf alle Fälle, dass Wasser unter den Gipsverband läuft, da es zu Lockerungen der Schiene kommen kann. Wenn Sie ambulant operiert wurden, dann wird die erste Kontrolle am ersten postoperativen Tag erfolgen. Falls Sie eine Nacht stationär waren, so werden Sie sich am 5. postoperativen Tag erstmals vorstellen. Zu diesem Termin werden die Fäden im Bereich des Nasensteges entfernt. Die restlichen Fäden im Naseninneren lösen sich von alleine auf, dies kann 2-3 Wochen dauern. Der Nasengips und die Schienen an der Nasenscheidewand werden in der Praxis nach 2 Wochen entfernt. Sollte sich der Verband frühzeitig lockern, so stellen Sie sich bitte umgehend in der Praxis vor, um diesen neu zu befestigen, da sonst die Formgebung am Nasenrücken nicht mehr gewährleistet ist. Selber Autofahren dürfen Sie während der 2 Wochen nicht, da Sie durch die Schwellungen um die Augen als fahruntauglich gelten.

Nach Entfernen des Nasengipses wird der Nasenrücken noch etwas geschwollen sein. Sie können mit einer rückfettenden Salbe (z.B. Bepanthen) entlang des Nasenabhanges in Richtung Wangen mehrfach täglich vorsichtig massieren. Die Nasenspitze wird während der ersten 3-4 Monate noch leicht geschwollen bleiben. Ein leichtes Taubheitsgefühl im Bereich des Nasensteges und der Nasenspitze ist in der Anfangszeit normal. Spezielle Narbensalben sind i. d. R. nicht erforderlich, da die Narben am Nasensteg sehr gut verheilen.

Sportliche Aktivitäten sind in der Anfangszeit eher kontraproduktiv und können den Heilungsverlauf verzögern. Leichte sportliche Aktivitäten wie können Sie in Rücksprache mit uns ab der 6. Woche durchführen. Sportarten, bei denen Sie sich deutlich mehr anstrengen müssen, sollten Sie in den ersten 3 Monaten unterlassen. Bitte meiden Sie Sauna und Solarium Besuche ebenfalls in den ersten 3 Monaten.

In der postoperativen Phase werden Sie von uns engmaschig betreut. Sollten Sie verstärkt Schmerzen haben, Fieber entwickeln oder sich sonst unwohl fühlen, bitten wir Sie, sich umgehend mit uns unter den Telefonnummern 0911-5192519 oder 0170-3467213 in Verbindung zu setzen.

Die o. g. Anordnungen habe ich gelesen und werde sie befolgen. Eine Kopie habe ich erhalten.

**Datum:**

**Unterschrift Patient:**