

ماموپلاستی نوعی جراحی زیبایی سینه است که به منظور کاهش سایز سینه ها و ایجاد تناسب در سایز و فرم سینه ها انجام می گیرد.

عمل ماموپلاستی تحت بیهوشی عمومی انجام می گیرد و طی ۲ تا ۴ ساعت به طول می انجامد.

افراد مناسب عمل ماموپلاستی

- افرادی که دارای سینه های بزرگی هستند که موجب نامتناسب به نظر رسیدن اندامشان می شود
- بانوانی که دارای سینه های قرینه نیستند.
- خانم هایی که سینه آنها به حدی بزرگ است که مانع فعالیت بدنی یا ورزشی فرد می شود .

عمل ماموپلاستی در چه مواردی توصیه نمی شود ؟

1. در افرادی که به بیماری هایی اعم از دیابت و مشکلات قلبی و عروقی مبتلا هستند.
 2. در افرادی که دارای اضافه وزن بسیار زیاد هستند.
- در افرادی که دچار هر نوع بیماری مرتبط با ناحیه صدری (سینه) می باشند

جراح در وهله اول به بررسی سینه ها قبل از جراحی ماموپلاستی می پردازد. برخی از مواردی که قبل از جراحی نیاز است تا جراح سینه بررسی نماید عبارتند از:

- معاینه معمول پستان
- ماموگرافی
- بررسی سابقه پزشکی و جراحی
- آزمایشات ادرار ، خون و آزمایشگاههای دیگر

➤ . قبل از جراحی، ممکن است نیاز باشد تا استفاده از برخی دارو ها ممنوع شود. دارو های ضد انعقادخون، رقیق کننده های خون و مسکن مانند بروفن ، آسپرین و ویتامین E و همچنین مکمل های گیاهی و داروهای ضد التهاب از جمله این داروهاست. که جراح به منظور کاهش ریسک خونریزی در حین و بعد از عمل تاکید می کند داروها قطع شود

آموزشها قبل از عمل:

کشیدن سیگار ممنوع است. از کشیدن سیگار از چند هفته قبل از جراحی سینه تا چند هفته بعد از آن باید خودداری شود. زیرا کشیدن سیگار ممکن است میزان عوارض بعد از جراحی را در نوک سینه و هاله قهوه ای رنگ اطراف آن، بافت سینه و محل های برش سینه را افزایش می دهد. با این حال استفاده از سایر مواد دارای تنباکو نیز ممنوع است. زیرا باعث افزایش دوره نقاهت و عوارض ماموپلاستی می شود.

جراح سینه با ایجاد برش در اطراف نوک سینه، جراحی را آغاز می کند. در ادامه با توجه به نیاز بیمار، چربی و پوست اضافی سینه را برمی دارد و سینه ها تغییر اندازه و شکل می دهد.

اگر سینه ها در بخش پایین بزرگتر از سایر بخش هاباشد، نوک سینه و هاله قهوه ای رنگ برداشته می شود و بعد از انجام جراحی های مورد نیاز در جای جدید خود قرار می گیرد. به همین دلیل ممکن است بعد از جراحی این ناحیه بی حسی مشاهده شود.

بعد از جراحی ماموپلاستی، جراح و یا پرستار سینه ها را بانداز می کند. برای خارج کردن خونابه ها و مایع های زیر پوست نیاز است تا یک لوله نازک در محل جراحی قرار گیرد که با خارج شدن این مواد، لوله برداشته می شود. باید این نکته را بدانید که برداشتن لوله باید توسط متخصص و یا پرستار انجام شود.

محل برش های ایجاد شده حدوداً طی ۶ ماه الی یک سال زمان می برد تا محو شوند و پستان ها به شرایط ایده آل یا به اصطلاح جا بیافتند بدیهی است روند بهبودی در هر فردی متفاوت است ولی غالباً دو هفته بعد از عمل ، بیمار بهبود می یابد.



وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی
بیمارستان برکت امام خمینی

ماموپلاستی



تهیه و تنظیم: ام البنین میرابی

تحصیلات: کارشناس پرستاری

تاریخ تهیه: 1399/11/30

منبع: کارگروه آموزش سلامت

BAREKAT-C -PAM

واحد آموزش سلامت

- معمولا می توانید 48 ساعت بعد از عمل که زخم ها غیر قابل نفوذ به آب شده اند حمام بروید
- اگر لوله های تخلیه خون و مایع (درن) دارید . توصیه می شود 48 ساعت بعد از برداشتن تمام آنها استحمام نمایید.
- در هنگام حمام رفتن حتما باید کسی در کنارتان باشد تا از پایدار بودن وضعیت تان اطمینان داشته باشد
- در زمان حمام از برخورد با فشار آب مستقیم به زخمتان پرهیز کنید. از قرار گرفتن در وان یا رفتن به استخر در 4 تا 6 هفته پس از عمل پرهیز نمایید.
- اگر چسب استریل روی زخمتان قرار داده شده است . به انها دست نزنید تا خودشان جدا شوند.
- زخم را هر روز از لحاظ بروز علائم عفونت بررسی کرده تمیز نگه دارید
- از قرار گیری در معرض آفتاب برای حداقل 12 ماه بپرهیزید
- اگر پرهیز از آفتاب غیر قابل اجتناب باشد از ضد آفتاب قوی (30)SPF> استفاده کنید
- سینه بند طبی تان را هر 24 ساعت شبانه روز حداقل 6 هفته بعد از عمل بجز موارد حمام رفتن بندید.
- جراحاتان ممکن است بعد از 2 هفته اجازه تبدیل سینه بند طبی به سینه بند ورزشی را بدهد که لازم است سینه بند از جلو بسته شود و کاپ های شکل دار داشته باشند نه صاف
- از سینه بند های حاوی سیم با فنر برای 4-6 هفته بپرهیزید. برای راحتی زخم ها را در زیر سینه بند با گاز بپوشانید
- اگر پوست سینه شما خشک باشد می توانید از مرطوب کننده استفاده کنید . ولی باید محل برش ها و زخم ها را خشک نگه دارید. .

مراقبت های بعد از عمل

- داشتن احساس سنگینی و گیجی بعد از جراحی طبیعی است و به دلیل تاثیر داروی بیهوشی می باشد که در این شرایط بهتر است به مدت ۲۴ ساعت فردی همراه شما باشد.
- در روز های ابتدایی با دستور پزشک می توانید راه رفتن را شروع کنید چرا که با راه رفتن بهبودی تان سریع تر حاصل می شود.
- از داروهایی که جراح پلاستیک برای شما تجویز کرده است در زمان معین استفاده کنید.
- رژیم غذایی خود را با نوشیدن مایعات شروع کنید.
- سعی کنید در این دوران مصرف سدیم را به حداقل ممکن برسانید.
- توجه داشته باشید که مصرف آناناس به روند بهبودی تان کمک بسیاری می کند.
- به مدت یک ماه از مصرف دخانیات و نوشیدن مشروبات الکلی پرهیز کنید.
- از سوتین طبی که جراح پلاستیک تجویز نموده است استفاده نمایید این سوتین مخصوص دوران پس از جراحی سینه است و استفاده از آن مهم و تاثیر گذار است.
- بعد از دو روز می توانید استحمام نماید.
- باید جای زخم های ناشی از جراحی سینه خشک نگه داشته شود و چنانچه احساس خشکی در پوست سینه داشتید می توانید از کرم مرطوب کننده استفاده نمایید به طوری که وارد زخم ها نشود
- برای کاستن فشار روی زخمتان بهتر است در زمان خواب سر و بالای تنه بالاتر باشد که می توان از قرار دادن دو بالش در این قسمت استفاده کرد