

لیفت با نخ ، یک پروسیجر جراحی کم تهاجمی و جایگزینی مناسب برای جراحی لیفت صورت می باشد. در این روند جراح نخ هایی را وارد صورت کرده و تا حدی پوست را لیفت می کند. اما برای رسیدن به یک نتیجه مناسب تنها مهارت پزشک کافی نیست و مراقبت های بعد از لیفت با نخ نیز نقشی حیاتی را در این امر ایفا می کنند. برای اطلاع از نکات مربوط به این روند ، با دکتر غلامرضا مجلسی دکتر لیفت با نخ در اصفهان همراه باشید.



#### مراقبت های بعد از لیفت با نخ ؛ نکات مهم

- توجه داشته باشید احساس کمی کشیده شدن و درد هنگام حرکت دادن ناحیه ای که تحت درمان قرار گرفته است ، کاملا عادی و طبیعی می باشد و جای نگرانی نیست. این حس معمولا بعد از یک یا دو هفته به صورت خود به خود از بین خواهد رفت.
- می توانید درست بعد از پروسه ؛ به راحتی به سراغ تمامی فعالیت های روتین خود از جمله رانندگی کردن ، غذا خوردن ( البته عمل جویدن باید آرام انجام پذیرد ) ، راه رفتن و غیره بروید. ولی محدودیت هایی در این مورد وجود دارند که در بخش های بعدی در موردشان توضیح داده ایم.
- در صورتی که دارویی برایتان تجویز شده بود ، آن ها را دقیقا طبق دستور پزشک و به موقع مصرف نمایید. داروهای آنتی بیوتیک و ضد ویروس را به صورت کامل و تا انتها مصرف نمایید.
- در صورت بروز هرگونه درد یا ناراحتی ، می توانید استفاده از استامینوفن را در لیست مراقبت های بعد از لیفت با نخ بگنجانید. از آنجایی که نخ ها زیر پوست قرار می گیرند ، امکان دارد تا چند روز مقداری احساس کشیدگی در نواحی درمان شده احساس شود. نگران نباشید زیرا با گذشت زمان این مشکل برطرف خواهد شد.
- در صورتی که تورم جدیدی رخ داد یا ورم پیشین شدید تر شد یا اگر در ناحیه ورود سوزن ها سفتی ، گرما و یا قرمزی جدید نیز رخ داد یا از آن ها ترشحاتی خارج شد با پزشک خود تماس بگیرید.
- ویژگی بعد از پروسیجر نیز از مراقبت های بعد از لیفت با نخ می باشد. بنابراین یک هفته بعد از درمان از منشی وقت بگیرید. ارتباط نکته کلیدی این روند می باشد تا در صورت وجود ناهمواری یا هر مشکل دیگر پزشکتان آنرا برطرف کند.



در این قسمت به توضیح کارهایی پرداخته ایم که نباید آن ها را انجام دهید:

- نواحی که سوزن به آن وارد شده را تا ۴۸ ساعت لمس نکنید.
- به مدت دو ماه ، برای رعایت مراقبت های بعد از لیفت با نخ ناحیه درمان شده را ماساژ ندهید و تحت ماساژهای عمیق فیشیال قرار نگیرید.
- در چند روز اول ، شاید در محل سوراخ هایی که در نتیجه وارد شدن سوزن ایجاد شده اند نقطه کوچکی از خون خشک شده دیده شود ، هرگز سعی نکنید آنها را از جایر خود جدا کنید و اجازه دهید خودشان از صورت جدا شوند.
- همانطور که پیش تر نیز ذکر شد ، تا چهار ساعت به روی شکم یا پهلو نخوابید تا احتمال حرکت کردن نخ ها به حداقل برسد.
- تا دو ماه از انجام ورزش ها و حرکاتی که شامل پریدن می شوند خود داری کنید. دویدن و حرکت پروانه از این دست ورزش ها می باشند که باید تا دو ماه کنار گذاشته شوند.
- از مراقبت های بعد از لیفت با نخ ، حمام کردن می باشد. استحمام بعد از بیست و چهار ساعت مجاز است و محدودیتی در آن وجود نخواهد داشت.
- هنگام شستن صورت ، به آرامی ناحیه ورود سوزن ها را با آب و شوینده پیشنهاد شده توسط پزشک شستشو دهید. استفاده از شامپو و حوله نیز موردی ندارد.
- تا یک هفته درون وان پر شده با آب داغ قرار نگیرید و وارد سونا نیز نشوید.
- تا یکی دو هفته بعد از لیفت ، از استعمال سیگار ، مشروبات الکلی و دیگر دخانیات پرهیز کنید. مصرف نیکوتین و الکل در روند بهبودی اختلال ایجاد کرده و آن را به تاخیر می اندازند.
- آرایش کردن بعد از ۴۸ ساعت مجاز و بلا مانع است.
- تا حدود دو تا سه هفته بعد از پروسیجر ، صورت خود را به حالت های اغراق آمیز در نیاورید. همچنین در هنگام جویدن غذاها ، این امر را به آرامی و در مدتی کوتاه انجام دهید و به مدت یک ماه هنگام خمیازه کشیدن دهان را زیاد باز نکنید. تمامی این موارد از مراقبت های بعد از لیفت با نخ می باشند.
- به مدت چهار هفته حتی برای جرم گیری به دندان پزشکی مراجعه نکنید. اگر موردی اورژانسی پیش آمد ، ابتدا با پزشک خود تماس بگیرید.
- از تماس گرمای مستقیم ، RF ، لیزر و دیگر درمان ها تا چهار هفته خودداری کنید.
- تا بیست و چهار ساعت از مصرف داروهایی مثل ایبوپروفن و آسپرین خودداری کنید تا ریسک خونریزی و کبودی از محل وارد شدن سوزن ها بالا نرود.

- سعی کنید به منظور رعایت هرچه بهتر مراقبت های بعد از لیفت با نخ ، در برابر اشعه های مضر آفتاب قرار نگیرید. تا زمان برطرف شدن قرمزی و کبودی از کرم های ضد آفتاب قوی استفاده کنید. تا دو ماه موقع مالیدن کرم به صورت حرکت دست شما از پائین به بالا باشد.

**در صورتی که با هر یک از علائم زیر مواجه شدید ، سریعا با پزشک تماس حاصل فرمایید:**

درد ، قرمزی ، تورم و تیره شدن پوست در اطراف ناحیه لیفت شده ، تغییر دمای قابل توجه در پوست ، تب بالای سی و هشت درجه.

www.drgholamrezamajlesi.com