

## ORIENTAÇÕES APÓS RINOPLASTIA OU RINOSSEPTOPLASTIA FUNCIONAL

**Cabeceira elevada:** Usar 2 travesseiros para deitar, por 7 dias.

**Compressa fria:** Realizar compressas frias sobre a face 5x/dia, por 3 dias.

**Inchaço:** Acentua-se até o 3º dia de pós-operatório, podendo durar algumas semanas ou meses.

**Manchas roxas:** Duram cerca de 15 dias.

**Óculos e banhos de piscina e mar:** Evitar o uso por 2 meses após a cirurgia.

**Pontos:** São retirados na primeira consulta de pós-operatório.

**Dor:** Pacientes não costumam se queixar de dor forte no nariz. As queixas mais frequentes são: desconforto (sensação de pressão), dor leve na ponta nasal, dor nos dentes superiores.

**Sol:** Não é recomendável a exposição ao sol, da zona operada, por 2 meses, sob o risco de ocasionar alterações permanentes da cor da pele (escurecimento).

**Trabalho:** Em geral, transcorridos 7 dias após a cirurgia, o paciente já estará liberado para atividades ocupacionais.

**Esportes:** Poderá retornar atividade física leve após 20 dias de cirurgia. Atividades físicas intensas poderão ser realizadas 30 dias após a cirurgia.

**Alimentação:** Dieta leve (evitar alimentos com muito açúcar e gordura) na primeira semana após a cirurgia.

**Banho:** Não molhar o curativo durante o banho. Molhar somente no dia da consulta de retorno, antes da retirada do curativo.

**Sangramento:** Vai ocorrer leve sangramento nos primeiros dias. Caso sangramento intenso vermelho vivo, entre em contato com a médica.