

**Víčka:** poloha v polosedě na zádech, neprovádět prudké pohyby, vše velmi pomalu,

Spát ve zvýšené poloze, aby se otoky rychleji vstřebaly

Chlazení nebo elastická komprese víček stále až do vytažení stehů

/pokud jdete na WC, dát bandáž na čelo, potom vrátit zpět a stále mít kompresi i během noci/

Lze použít i ledový gel, dát ho přes gázu, ne přímo na kůži

3 až 4x denně aplikovat očí kapky do obou očí

Aescin 3x2 dražé ke snížení otoků / nebo Arnika tabletky/

Stehy se odstraňují za 6-7 dní, stripy po vyjmutí stehů na další 4 dny,

za 10-12 dní lze dát make-up na jizvy, nutno chránit jizvy před sluncem

Masáže jizev za 2 týdny po operaci, masírujte 1 až 2x denně 10-15 minut,

*Technika masáže: před masáží si pečlivě umyjte ruce mýdlem, zatlačit prstem na jizvu, podržet 5-10 sekund, posunout se tak, abyste celou jizvu víček postupně promasíroval/a, neposunovat po kůži jako u klasických masáží, jen tlačit prsty.*

### **Lift obličeje, krku – FACE lift, Neck lift**

poloha v polosedě na zádech, neprovádět prudké pohyby, vše velmi pomalu, neotáčet krkem

Spát ve zvýšené poloze, aby se otoky rychleji vstřebaly

1 noc na klinice, propuštění po převaze, kdy se vyndají trubičkové drény a nasadí ohlávka

Ohlávku stále 4 dny, pak je možné si umýt vlasy, opatrně kolem jizev

Stehy se odstraňují asi 3 týdny po operaci, masáže jizev měsíc po operaci

Pokud je provedena i **liposukce podbradku**

podbradek je fixován náplastí Mikrofoamem 1 týden, ohlávka 1 týden stále, pak na noc další týden

### **Rhinoplastika**

Nosní tamponáda se vyndává za 2-4 dny po operaci, do té doby dýcháte ústy, které vysychají, proto na ně dávejte vaselinu, nebo jelení lůj, často pijte a svlažujte tak rty které vysychají

1 noc na klinice

Nosní průduchy pak čistěte pomocí vatových štětiček, možné použít vaselinu, popř Framykoin mast

Hliníkovou dlahu budete mít 2 týdny stále, pak po sundání další 2 týdny si ji budete přikládat na noc.

Otoky a modřiny obvykle přetrvávají 10-14 dní,  
stehy, které jsou vstřebatelné, leží uvnitř nosních průduchů

### **Otoplastika**

Ležte první 1-2 týdny na zádech ve zvýšené poloze

Denně pomocí desinfekčního spreje a štětiček čistěte záušní prostor

Čelenku mějte přiloženu 1 týden stále, pak další týden na noc

Stehy, pokud jsou nevstřebatelné, se vyndají asi za 3 týdny

Otoky obvykle přetrvávají asi 2 týdny, snížená citlivost boltců asi 3 měsíce

### **Operace prsou – augmentace, výměna implantátů, modelace, redukce prsou**

Zvýšená poloha hrudníku, spát na zádech minimálně 14 dní

Nevzpírat se a ani se nepodepírat rukama/ napíná se velký prsní sval/

1 noc na klinice, drény se vyndají den po operaci,

prsa jsou pak fixována elastickou bandáží a elastickou podprsenkou

Sprcha prsou je možná za 4 dny, pak denně desinfikovat jizvy i přes stripy desinfekčním sprejem,

ponechat stripy na jizvách 3 týdny, každý týden je měnit

Masáže jizev za měsíc, pokud jsou zahojené. Elastická podprsenka stále 6-8 týdnů

### **Gynekomastie**

Zvýšená poloha hrudníku, spát na zádech minimálně 14 dní

1 noc na klinice, drény se vyndají den po operaci,

Elastická komprese hrudníku obvykle 4 dny, elastická kompresivní vesta 6 týdnů stále  
Sprcha prsou je možná za 4 dny, pak denně desinfikovat jizvy i přes stripy desinfekčním sprejem,  
ponechat stripy na jizvách 3 týdny, každý týden je měnit  
Stehy jsou vstřebatelné  
Masáže jizev za měsíc, pokud jsou zahojené.

### **Abdominoplastika**

Den před operací aplikace Clexanu, nebo Fraxiparinu,  
2. dávka Fraxiparinu ev. Clexanu večer po operaci  
2 noci na klinice, za 2 dny se vyndají drény  
Zvýšená poloha hrudníku, podložené končetiny pod kolena-relaxační poloha k uvolnění břišní stěny  
Vstávat přes bok, posadit se a pak **chodit první týden v předklonu**  
Dostatečně pít 2 až 2,5 litru tekutin,  
Pokud jste na lůžku provádějte pohyby nohou – pata špička k podpoře krevní cirkulace,  
Nosit stále el. antitrombotické punčochy, pokud většinu dne trávíte na lůžku  
Sprcha je možná za 4-5 dní po operaci  
Elastické prádlo a elastický pás mít stále 6-8 týdnů  
Stehy kolem pupku se vyndají za 2-3 týdny, ostatní stehy jsou vstřebatelné  
Stripy na jizvě v podbříšku kryjí jizvu 3 týdny, každý týden se vymění

### **Liposukce**

Jizvy jsou malé, kryty Curapory, které se 1-4. den po operaci vymění za stripy,  
se kterými je možné operované plochy za 4 dny sprchovat  
stripy měnit jednou týdně  
elastické prádlo nosit 6 týdnů stále  
stehy jsou vstřebatelné, samy odpadnou, ev. za 4 týdny se vyndají

## **Labioplastika**

Stehy jsou vstřebatelné,

labia udržovat v čistotě po toaletě, sprchovat labia chladnější vodou,

jizvy lze promazávat Betadina mastí

**Léky po operaci:** Aescin 3x2 dražé ke vstřebání otoků

ATB po operacích prsou a břicha

Ev. Probiotika Biopron Forte 1 tbl– užívat 1 hodinu po ATB

Léky na bolest – Paralen nebo Novalgin,

Neužívat léky, které ředí krev