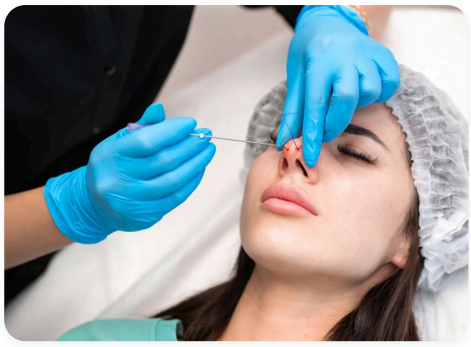
NASENKORREKTUR

Heilungsverlauf nach einer Nasenkorrektur

Was in der ersten Woche, im ersten Monat und im folgenden Jahr geschieht



Die erste Woche bestimmen Schiene, Schwellung und Blutergüsse – alle drei sehen schlimmer aus, als sie sich anfühlen, und alle drei sind vorübergehend.

DIE ERSTEN SIEBEN TAGE

TAG 1

Ruhe

Kopf erhöht, kalte Kompressen um die Augen.

TAG 2

Höhepunkt

Die Blutergüsse sind meist am sichtbarsten.

TAG 4

Erleichterung

Die Beschwerden lassen nach, die Blutergüsse verblassen.

TAG 7

Schiene ab

Meist zwischen dem fünften und achten Tag entfernt.

DIE ERSTEN 24 BIS 72 STUNDEN

- Schlafen Sie mit dem Kopf höher als die Brust.
- Kalte Kompressen um die Nase – nicht darauf.
- Ruhen Sie; meist ist es eher Druck als Schmerz.
- Nehmen Sie die Medikamente genau wie verordnet.

WAS DIE ERSTE WOCHE MIT SICH BRINGT

- **Eine Schiene oder Pflaster.** Sie schützen die neue Form, während sich das Gewebe setzt.
- **Empfindlichkeit.** Um Nase, Wangen und Oberlippe.
- **Verblassende Blutergüsse.** Meist bis Tag sieben bis zehn großteils verschwunden.
- **Verstopfte Nase.** Anfangs zu erwarten; sie bessert sich stetig.

WAS IN DER ERSTEN WOCHE NORMAL IST

Blaue Augen

Die Farbe wandert beim Verblassen nach unten.

Verstopfte Nase

Schwellung innen, kein Problem des Atemwegs.

Leichtes Sickern

Etwas rosa Sekret für ein, zwei Tage.

Trockenheit

Trockener Mund durch Mundatmung.

Müdigkeit

Nach einer Vollnarkose normal.

Fragen in Ihrer ersten Woche? Das Team ist durchgehend erreichbar.

SEITE 2 VON 4

Das Ergebnis schützen – der erste Monat

Ohne Schiene sieht die Nase wieder wie eine Nase aus – aber noch nicht wie Ihre. Dazwischen steht die Restschwellung, und Schutz hält den Plan intakt.

Schützen Sie die Nase vor

- ✓ Stößen jeder Art – die wichtigste Regel überhaupt
- ✓ Anstrengung, Vornüberbeugen und schwerem Heben
- ✓ Brillen auf dem Nasenrücken, bis Ihr Chirurg es erlaubt

Rufen Sie das Team an, statt zu warten, bei

- ✓ Blutung, die mit leichtem Druck und Ruhe nicht aufhört
- ✓ Schmerzen, die nach den ersten Tagen zunehmen statt nachlassen
- ✓ Fieber oder Schwellung und Rötung, die sich ausbreiten statt abklingen

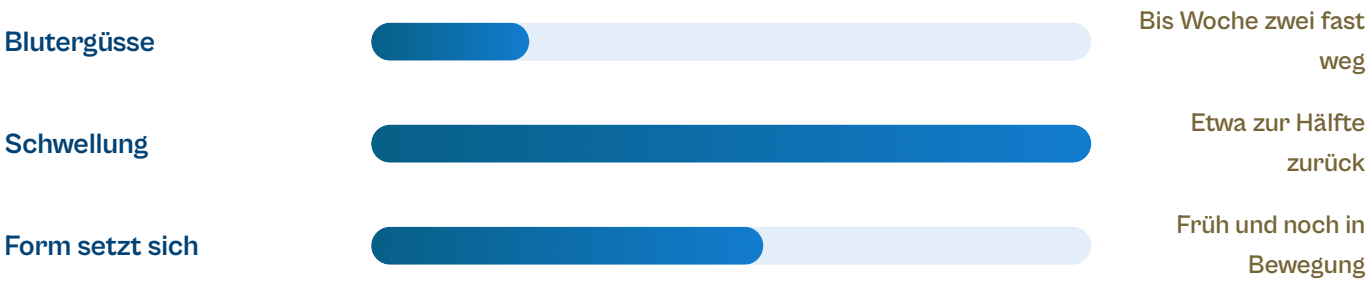
NACH DEM ABNEHMEN DER SCHIENE

- ✓ **Die Form ist nicht endgültig.** Sie sehen die operierte Nase plus Schwellung.
- ✓ **Die Schwellung geht weiter zurück.** Ungleichmäßig, meist von oben nach unten.
- ✓ **Pflaster können bleiben.** Manche Chirurgen tapen nachts noch einige Wochen.

WOCHE ZWEI BIS VIER

- ✓ **Das soziale Leben kehrt zurück.** Die meisten fühlen sich ab Woche zwei unter Leuten wohl.
- ✓ **Die Empfindlichkeit bleibt.** Taubheit an der Spitze ist häufig und vorübergehend.
- ✓ **Brille und Sport.** Beides nach dem Zeitplan Ihres Chirurgen, nicht nach einem allgemeinen.

WAS SICH IM ERSTEN MONAT ÄNDERT



Senden Sie in Woche vier ein Foto, und wir sagen Ihnen, was noch Schwellung ist.

SEITE 3 VON 4

Zurück in den Alltag

Die meisten Fragen der ersten zwei Monate drehen sich um Erlaubnis: Arbeit, Sport, Brille, Flüge. Die Antworten hängen von Ihrem Eingriff ab, das Muster ist aber stets gleich.

WANN SIE WAS WIEDER AUFNEHMEN KÖNNEN

	MEIST MÖGLICH	WOVON ES ABHÄNGT
Bürotätigkeit	Woche 1 bis 2	Blutergüsse und wie viel Publikumskontakt Sie haben
Autofahren	Nach Absetzen starker Schmerzmittel	Ihre Wachheit, nicht die Nase selbst
Leichtes Gehen	Ab den ersten Tagen	Den Puls niedrig halten
Fitnessstudio und Laufen	Etwa Woche 4 bis 6	Blutdruck und Stoßrisiko
Brille auf dem Nasenrücken	Oft 4 bis 6 Wochen	Ob die Nasenknochen geformt wurden
Schwimmen und Kontaktsport	Meist Monat 2 bis 3	Bestätigt von Ihrem Chirurgen, je nach Fall

Nur als Anhalt. Der Zeitplan Ihres Chirurgen ersetzt diese Tabelle.

WAS FAST ALLE IN WOCHE DREI FRAGEN

Meine Nase wirkt noch geschwollen.

Das ist sie. Nach drei Wochen bleibt etwa die Hälfte der Schwellung, vor allem an der Spitze.

Die Spitze fühlt sich hart an.

Festigkeit ist mehrere Monate normal und wird allmählich weicher.

Ist das normal?

Fast immer. Schicken Sie ein Foto, wenn Sie es lieber bestätigt als vermutet wissen.

Die Atmung wird erst schlechter, dann besser

Das Innere der Nase schwillt wie das Äußere, deshalb kann der Atemweg in den ersten Wochen enger wirken als vor dem Eingriff – auch bei denen, die wegen der Atmung operiert wurden. Das bessert sich, wenn die Schleimhaut abschwillt, meist im ersten oder zweiten Monat. Verordnete Salzwasserspülungen helfen spürbar.

Fliegen Sie bald heim? Fragen Sie uns nach dem Zeitpunkt und was ins Handgepäck gehört.

SEITE 4 VON 4

Monat drei, sechs und zwölf

Die endgültige Form braucht etwa ein Jahr, an der Spitze länger. Geduld ist hier der Behandlungsplan.

DAS SETZEN AUF LANGE SICHT



Monat 1 bis 12. Die Spitze schwillt zuletzt ab, lange nach dem Nasenrücken.

ETAPPE FÜR ETAPPE

MONAT 3

Die Kontur kehrt zurück

Der Rücken wirkt gesetzt; die Spitze ist noch etwas voll.

MONAT 6

Für andere natürlich

Kaum jemand sieht der Nase die OP noch an.

MONAT 12

Fast endgültig

Dicke Haut kann sich danach noch verfeinern.

DIE LETZTE STRECKE

- ✓ **Dünne Haut.** Setzt sich früher, zeigt Details eher.
- ✓ **Dicke Haut.** Hält die Schwellung an der Spitze länger.
- ✓ **Korrekturfragen.** Vor zwölf Monaten meist nicht sinnvoll.

DIE REGELN AUF LANGE SICHT

- ☐ Nase vor Stößen schützen
- ☐ Jede Kontrolle wahrnehmen
- ☐ Nasenhaut vor Sonne schützen
- ☐ Erst nach zwölf Monaten urteilen

Fotografieren statt mustern

Einmal im Monat dieselben drei Winkel im selben Licht, dann das Handy weglegen. Die Veränderung eines Monats ist echt; die eines Tages ist nur das Licht.

IHR NÄCHSTER SCHRITT

Sprechen Sie mit uns, bevor Sie entscheiden

Kostenlose Beratung
Ein unverbindliches Gespräch mit einer Koordinatorin.

Fotos senden
Unser ärztliches Team antwortet mit einer Einschätzung.

Per WhatsApp
Antwort in Ihrer Sprache, meist am selben Tag.

✓ Kostenlose Beratung · Kostenlose ärztliche Einschätzung

WHATSAPP

ONLINE LESEN

WARUM ESTECENTER?

- ✓ Erfahrene ärztliche Teams
- ✓ Individuelle Behandlungsplanung
- ✓ Betreuung internationaler Patienten
- ✓ Begleitung über den ganzen Weg

estecenter.com/de

Dieser Ratgeber dient der Information.
Die Eignung für eine Behandlung wird nach ärztlicher Untersuchung festgelegt.