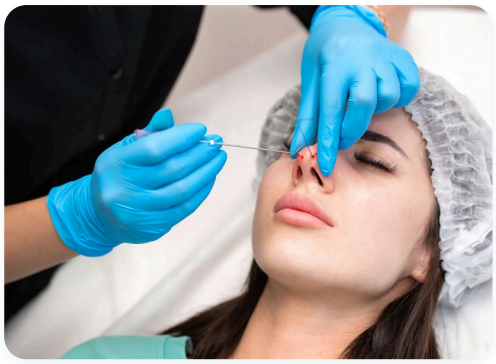
BURUN ESTETİĞİ

Burun Estetiği İyileşmesi: Zaman Çizelgesi

İlk haftada, ilk ayda ve onu izleyen bir yıl boyunca neler oluyor



İlk haftaya atel, ödem ve morluk hâkimdir – üçü de hissettirdiğinden kötü görünür ve üçü de geçicidir.

İLK YEDİ GÜN

1. GÜN
Dinlenme
Baş yüksekte, göz çevresine soğuk kompres.

2. GÜN
Ödem zirvede
Morluk genellikle en belirgin hâlindedir.

4. GÜN
Hafifleme
Rahatsızlık azalır; morluk solmaya başlar.

7. GÜN
Atel çıkar
Genellikle beşinci ile sekizinci gün arasında alınır.

İLK YİRMİ DÖRT–YETMİŞ İKİ SAAT

- Başınız göğsünüzden yüksekte uyuyun.
- Soğuk kompres burnun üstüne değil, çevresine.
- Dinlenin; rahatsızlığın çoğu ağrıdan çok basınç hissidir.
- İlaçları tam olarak tarif edildiği gibi alın.

İLK HAFTA NELERİ KAPSIYOR

- **Atel ya da bant.** Dokular otururken yeni şekli korur.
- **Hassasiyet.** Burun, yanaklar ve üst dudak çevresinde.
- **Solan morluklar.** Genellikle yedinci–onuncu güne kadar büyük ölçüde geçer.
- **Tıkalı nefes.** Başta beklenir; giderek düzelir.

İLK HAFTADA NORMAL OLANLAR

Morarmış gözler
Renk solarken aşağı doğru iner.

Tıkalı burun
İçerideki ödem; hava yolunun sorunu değil.

Hafif sızıntı
Bir iki gün pembemsi akıntı.

Kuruluk
Ağızdan nefes almaya bağlı ağız kuruluğu.

Yorgunluk
Genel anestezi sonrası normaldir.

İlk haftada sorunuz mu var? Ekibe her an ulaşabilirsiniz.

SAYFA 2 / 4

Sonucu korumak ve ilk ay

Atel çıkınca burun yeniden bir buruna benzer – ama henüz sizin burnunuza değil. İkisinin arasındaki şey kalan ödemdir; planı koruyan şey de burnu korumaktır.

Burnu şunlardan koruyun

- ✓ Her türlü çarpma – en önemli kural budur
- ✓ Zorlayıcı aktivite, öne eğilme ve ağır kaldırma
- ✓ Cerrahınız izin verene kadar burun sırtına oturan gözlük

Şunları fark ederseniz beklemeden ekibi arayın

- ✓ Basit baskı ve dinlenmeyle durmayan kanama
- ✓ İlk günlerden sonra azalmak yerine artan ağrı
- ✓ Ateş ya da solmak yerine yayılan şişlik ve kızarıklık

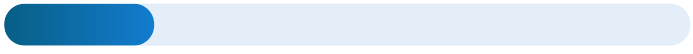
ATEL ÇIKTIKTAN SONRA

- ✓ **Şekil nihai değildir.** Gördüğünüz, ameliyat edilmiş burun artı ödemdir.
- ✓ **Ödem devam eder.** Dengesiz biçimde, genellikle yukarıdan aşağıya azalır.
- ✓ **Bantlama sürebilir.** Bazı cerrahlar haftalarca geceleri bant önerir.

İKİNCİ–DÖRDÜNCÜ HAFTA

- ✓ **Sosyal hayat başlar.** Çoğu kişi ikinci haftada dışarıda rahat eder.
- ✓ **Hassasiyet sürer.** Uçta uyuşma sık görülür ve geçicidir.
- ✓ **Gözlük ve spor.** Genel bir takvime göre değil, cerrahınızın takvimine göre.

İLK AYDA NE DEĞİŞİYOR

Morluk		İkinci haftada büyük ölçüde geçer
Ödem		Kabaca yarısı geçmiş
Şeklin oturması		Erken ve hâlâ değişiyor

Dördüncü haftada bir fotoğraf gönderin, hâlâ neyin ödem olduğunu söyleyelim.

SAYFA 3 / 4

Günlük hayata dönüş

İlk iki aydaki soruların çoğu izinle ilgilidir: iş, spor, gözlük, uçuş. Cevaplar ameliyatınıza göre değişir, ama genel tablo tutarlıdır.

NELERE NE ZAMAN DÖNEBİLİRSİNİZ

	GENELLİKLE MÜMKÜN	NEYE BAĞLI
Masa başı iş	1–2. hafta	Morluk ve işin ne kadar göz önünde olduğu
Araç kullanma	Güçlü ağrı kesiciler bırakılınca	Dikkat durumu, burnun kendisi değil
Hafif yürüyüş	İlk günlerden itibaren	Nabzı düşük tutmak
Spor salonu ve koşu	Yaklaşık 4–6. hafta	Tansiyon ve çarpma riski
Sırta oturan gözlük	Çoğunlukla 4–6 hafta	Burun kemiklerine şekil verilip verilmediği
Yüzme ve temas sporu	Genellikle 2–3. ay	Cerrahınızın olgu bazında onayı

Yalnızca fikir vermek içindir. Cerrahınızın takvimi bu tablonun yerini alır.

ÜÇÜNCÜ HAFTADA NEREDEYSE HERKESİN SORDUĞU

Burnum hâlâ ödemli görünüyor.
Öyle. Üçüncü haftada ödemin kabaca yarısı duruyor, çoğu da uçta.

Uç sert hissettiriyor.
Sertlik birkaç ay normaldir ve kademeli olarak yumuşar.

Bu normal mi?
Neredeyse her zaman. Tahmin yerine teyit isterseniz bir fotoğraf gönderin.

Nefes, düzelmeden önce kötüleşir

Burnun içi de dışı kadar şişer; bu yüzden ilk haftalarda hava yolu ameliyat öncesinden daha dar hissedilebilir – ameliyatı daha iyi nefes almak için olan hastalarda bile. Mukoza oturdukça, genellikle ilk bir iki ay içinde rahatlar. Önerildiyse tuzlu su yıkamaları gerçekten fark yaratır.

Yakında uçuşunuz mu var? Zamanlamayı ve yanınıza ne almanız gerektiğini bize sorun.

SAYFA 4 / 4

Üçüncü, altıncı ve on ikinci ay

Nihai şekil yaklaşık bir yıl, uçta daha da uzun sürer. Burada sabır, tedavi planının ta kendisidir.

UZUN VADEDE OTURMA



1. aydan 12. aya. Son ödem, sırt oturduktan çok sonra uçtan çekilir.

AŞAMA AŞAMA

3. AY

Hatlar belirir

Sırt oturmuş görünür; uç hâlâ biraz dolgundur.

6. AY

Başkalarına doğal

Çoğu kişi burnu artık ameliyatlı görmez.

12. AY

Nihaiye yakın

Kalın ciltte incelme bu noktadan sonra da sürebilir.

SON DÖNEM NEYLE İLGİLİ

- ✓ **İnce cilt.** Daha erken oturur, detayı daha erken gösterir.
- ✓ **Kalın cilt.** Uçtaki ödemi belirgin biçimde daha uzun tutar.
- ✓ **Revizyon soruları.** On ikinci aydan önce genellikle anlamlı değildir.

UZUN VADELİ KURALLAR

- ☐ Burnu darbeden koruyun
- ☐ Her şey yolunda görünse de tüm kontrollere gidin
- ☐ Burun derisinde güneş koruyucu kullanın
- ☐ Sonucu on ikinci ayda değerlendirin, önce değil

Fotoğraflayın, incelemeyi bırakın

Ayda bir, aynı üç açı ve aynı ışıkta fotoğraflayın; sonra telefonu bırakın. Aylık değişim gerçektir; günlük değişim ışıktır.

SIRADAKİ ADIMINIZ

Karar vermeden önce bizimle konuşun

Ücretsiz Danışmanlık
Koordinatörünüzle hiçbir yükümlülük doğurmayan bir görüşme.

Fotoğraflarınızı Gönderin
Tıbbi ekibimiz inceler ve bir değerlendirmeyle geri döner.

WhatsApp'tan Yazın
Sorularınız kendi dilinizde, çoğunlukla aynı gün yanıtlanır.

✓ Ücretsiz danışmanlık · Ücretsiz tıbbi değerlendirme

WHATSAPP'TAN YAZIN

WEB'DE OKUYUN

NEDEN ESTECENTER?

✓ Deneyimli tıbbi ekipler
✓ Kişiye özel tedavi planlaması
✓ Uluslararası hasta desteği
✓ Baştan sona takip edilen tedavi süreci

estecenter.com/tr

Bu rehber bilgilendirme amaçlıdır.
Tedaviye uygunluk, tıbbi değerlendirme sonrasında belirlenir.