

Dr. Maciek Sznurkowski  
Medical Aesthetic Expert  
ms@drsznurkowski.com  
mobile: +48 733 386 649



- \* Medycyna estetyczna
- \* Chirurgia kosmetyczna
- \* Laseroterapia estetyczna
- \* Medycyna regeneracyjna

## Zalecenia po zabiegu usunięcia poduszek tłuszczowych policzków Bichata.

### Bezpośrednio po zabiegu:

1. Bezpośrednio po zabiegu otrzymasz następujące lekarstwa (przeczytaj uważnie zalecenia poniżej, w ich treści zawarte jest opis użycia): Anybiotyik (Cipronex), Neoparin, Helicid, Ketonal Duo, Octenident Mouthwash płukanka do ust.
2. Antybiotyk: zażyj dwie tabletki po zabiegu, następnego dnia 1 tabletko rano i 1 tabletko wieczorem, aż do wyczerpania się ilości otrzymanego lekarstwa.
3. Neoparin : należy wstrzyknąć śródskórnio, pojedyncza dawkę, w dniu zabiegu i w każdym kolejnym dniu, aż do wyczerpania się ilości otrzymanego lekarstwa.
4. Zastosowanie leków przeciwbólowych (Helicid, Ketonal Duo), oraz specjalnej płukanki do ust (Octenident Mouthwash) znajduje się w opisie poniżej.
5. Możesz odczuwać uczucie otępienia przez około 48 godzin po zabiegu. Może to powodować nudności, a czasami wymioty. Zaleca się picie dużo płynów, takich jak woda i napoje elektrolitowe. Jedz łagodną, miękką dietę (na początek mus jabłkowy i rosół).
6. Po zabiegu możesz odczuwać ból i dyskomfort, co jest normalne i powinno być kontrolowane za pomocą niesterydowych leków przeciwzapalnych, przeciwbólowych. Możesz zatem używać Ketonal Duo wraz z osłonowymi kapsułkami z Helicid (w razie bólu najpierw 2 kapsułki Helicid, następnie po 10 minutach dwie kapsułki Ketonal Duo).
7. Nasilający się, silny ból NIE jest typowym objawem i jeżeli się pojawi to powinien zostać natychmiast zbadany. Proszę wówczas o kontakt przez SMS lub telefoniczny: +48733386649.
8. Obrzęk jest powszechnym objawem na twarzy. Zazwyczaj osiąga on szczyt w trzecim dniu i stopniowo się zmniejsza. Nie jest rzadkością, że niektóre drobne obrzęki utrzymują się od 2 do 5 tygodni po operacji. Każdy pacjent przechodzi przez inny proces gojenia.
9. Podczas odpoczynku unikaj opuszczania głowy poniżej poziomu serca przez pierwsze 3 dni po operacji. Możesz trzymać głowę powyżej serca za pomocą jednej lub dwóch poduszek. Nie jest konieczne ponadmierne unoszenie głowy.

### Pielęgnacja rany:

1. Jednym z kluczowych aspektów po usunięciu tłuszczu policzkowego jest unikanie „ostrych, drobnoziarnistych pokarmów”. Na przykład kuskus czy ryż nie będą dobrym wyborem. Chipsy tortilla również będą złym wyborem. W przeciwieństwie do tego; delikatne, gładkie pokarmy, takie jak dobrze zmiksowany koktajl lub puree ziemniaczane, mogą być przykładami dobrych wyborów żywieniowych.
2. Stosuj zimne okłady na zewnątrz policzków. Każdy pacjent spuchnie po zabiegu, ale ci, którzy najbardziej sumiennie stosują zimne okłady przez pierwsze 48 godzin po zabiegu, zazwyczaj mają mniejszy obrzęk.



Dr. Maciek Sznurkowski  
Medical Aesthetic Expert  
ms@drsznurkowski.com  
mobile: +48 733 386 649



- \* Medycyna estetyczna
- \* Chirurgia kosmetyczna
- \* Laseroterapia estetyczna
- \* Medycyna regeneracyjna

3. Zachowuj zdrowy rozsądek i jeśli skóra staje się zbyt zimna, usuń kompresy na około 20 minut przed wznowieniem chłodzenia. Kontynuuj ten proces tylko w ciągu dnia.
4. Po każdym posiłku należy przepłukać usta przepisaną płukanką. Zalecam: Octenident Mouthwash płyn do higieny jamy ustnej 250 ml. Płucz usta po każdym posiłku i wypluwaj. Celem jest zapobieganie dostawaniu się drobnych cząstek jedzenia do nacięć w ustach (co mogłoby prowadzić do infekcji).
5. Po zużyciu płynu Octenident zmień roztwór do płukania ust na ciepłą wodę z solą.
6. Ponownie płucz i wypluwaj po każdym posiłku, płukanie kontynuuj to do 14 dni po zabiegu.

#### **Aktywność / Ćwiczenia:**

1. Po operacji przez pierwsze dwa tygodnie NIE należy wykonywać żadnych intensywnych aktywności czy ćwiczeń.
2. Zalecana jest lekka mobilność, która jest kluczowa dla Twojego powrotu do zdrowia. Wykonuj krótkie, częste spacerunki wokół domu, aby zmniejszyć ryzyko powikłań, unikać powstawania zakrzepów w nogach i utrzymać dobre krążenie.
3. Nie leż w łóżku przez długie okresy czasu.
4. Tydzień po operacji możesz zacząć zwiększać swoją aktywność o 15% każdego dnia. Do 14 dnia po operacji powinieneś wrócić do normalnych aktywności.

#### **Przypomnienia:**

1. Palenie jest zabronione na 6 tygodni przed operacją i 6 tygodni po operacji.
2. Nie spożywaj alkoholu na 2 tygodnie przed i po operacji. Nie pij alkoholu podczas przyjmowania leków przeciwbólowych.
3. Prosimy unikać bezpośredniej ekspozycji na słońce przez 3 miesiące po operacji.

#### **W przypadku nagłych wypadków:**

Skontaktuj się z Lekarzem, jeśli masz silny ból, który nie ustępuje po przyjęciu leków, rany wykazują oznaki infekcji, takie jak zaczerwienienie rozprzestrzeniające się poza nacięcie na sąsiednią skórę i są bardzo bolesne lub jeśli pojawiają się dreszcze i/lub gorączka. Proszę zmierzyć temperaturę termometrem; klinicznie znacząca gorączka to temperatura 38,8 stopnia Celsjusza lub wyższa.

