

Памятка

Рекомендации после выписки

Запрещены штаны, брюки шорты с высокой талией, ремни, тугие джинсы в зонах где была произведена операция! (иначе в этом месте Вы получите неестественный залом на коже, который приведет к коррекции) .

1. В первые 3-5 дней после операции при появлении боли принять Нимесил 100мг (1 пакетик на пол стакана теплой воды) или кетанов 10мг (1 таб.) или кетонал 50мг (1 капс.) не более 3, максимум 5 раз в день. Следует помнить, что большинство обезболивающих препаратов повышают кровоточивость, поэтому в послеоперационном периоде их следует применять ТОЛЬКО при появлении болей. Не следует применять обезболивающее с профилактической целью.
2. Завершить курс профилактической антибактериальной терапии: Супракс 400 мг 1 таблетка 1 раз в день 5 дней.
3. В первые 3 дня после операции прикладывать холод к области оперативного вмешательства 5 раз в день по 10 минут через два слоя вафельного полотенца с интервалом между процедурами не менее 2 часов.
4. Особых ограничений по питанию нет, желательно обеспечить полноценное содержание белков и витаминов в пище.
5. Начиная с первых дней нужно двигаться. Чем быстрее адаптируетесь, тем быстрее пройдет реабилитационный период.
6. Поправлять коррекционное белье так, чтобы на нем не было заломов и складок. (Застежки на планке на белье должны быть по центру и на одной линии. Обязательное ношение компрессионного белья в течение 4-6 недель после операции. Спим в белье!).
7. Не водить автомобиль в течение 7 дней.
8. На работу можно выходить спустя 7 дней.
9. Ограничить физические нагрузки: не заниматься спортом и не поднимать тяжести, а также ограничить любые действия, приводящие к подъему артериального давления, 1 месяц.
10. Исключить тепловые процедуры (баня, сауна, солярий, горячая ванна) в течение первых четырех месяцев после операции.
11. Исключить любые работы по ведению домашнего хозяйства в первые 2 недели после операции.
12. Со второй недели компрессионное белье можно снимать на два, три часа в день для того чтобы его постирать и посушить (просто так ходить без белья запрещено) но этом физической нагрузкой не заниматься.
13. Со 2-й недели можно ходить в теплый(!!!) душ. Без бань, саун, распариваний.
14. С 5 – недели, можно ходить: без компрессионного белья.

После липосакции передней брюшной стенки у всех всегда :

- у девушек половые губы окрашиваются в бордовый цвет и это нормально.
- у мужчин машенка окрашивается в бордовый цвет и это нормально