COSMO CHIRURGIA

tel: + 385 1 4873 023
e-mail: info@cosmochirurgia.hr
Adresa: Gradišćanska 34, 10 000 Zagreb

# POSTOPERATIVNE UPUTE NAKON FACELIFT ZAHVATA

Facelift je jedan od najučinkovitijih estetskih kirurških zahvata za pomlađivanje lica i vrata. Nijedan drugi zahvat ne može u tolikoj mjeri poboljšati konture donjeg dijela lica, vrata i čeljusti. Konačni rezultat ovisi ne samo o kirurškoj izvedbi, već i o pažljivom pridržavanju postoperativnih uputa.

---

**Prvih 24–48 sati**

- Nakon otpusta kući, potrebno je osigurati smještaj unutar 50 km od Zagreba tijekom prvih 24 sata.
- Potrebno je imati pratnju prva dva dana, kao i pomoć druge osobe kod prvog tuširanja.
- Preporučuje se potpuno mirovanje i povišen položaj glave — spavanje na leđima, s glavom na nekoliko jastuka ili u naslonjaču s naslonima za ruke.
- Izbjegavajte savijanje glave prema dolje, naprezanje, podizanje tereta, kašljanje, kihanje, napinjanje pri stolici, seksualne odnose i bilo kakve radnje koje povećavaju krvni tlak.
- Uzimajte sve propisane lijekove (protiv bolova i za opuštanje mišića) prema uputi liječnika. Alkohol se ne smije konzumirati uz terapiju.

---

**Opće preporuke**

- Preporučeno je mirovanje uz lagane šetnje po potrebi. Povratak na lagane svakodnevne aktivnosti moguć je nakon nekoliko dana, a potpuna fizička aktivnost tek nakon 6 tjedana.
- Upravljanje automobilom dopušteno je tek kad se prestanu uzimati lijekovi protiv bolova i kad pokreti vrata nisu bolni ili ograničeni.
- Zabranjeno je pušenje i boravak u prostorima gdje se puši – čak i pasivno pušenje usporava cijeljenje i povećava rizik od komplikacija.
- Prehrana treba biti lagana i bogata proteinima, uz ograničen unos soli radi smanjenja otoka.
- Ograničite kofein (kava, energetski napitci), ali zadržite umjerenu dnevnu dozu kako biste spriječili glavobolje.

---

COSMO CHIRURGIA

tel: + 385 1 4873 023
e-mail: info@cosmochirurgia.hr
Adresa: Gradišćanska 34, 10 000 Zagreb

**Njega rana**

- U nekim slučajevima na rezovima će biti postavljen vodootporni flaster s kojim se možete tuširati drugi dan nakon operacije. Ako se flaster odlijepi ili natopi, potrebno ga je zamijeniti.
- Ako flaster nije vodootporan, tuširanje se preporučuje od 4. dana, uz skidanje flastera i previjanje.
- Previjanje rana izvodi se čistim rukama:
    1. Rana se pošprica antiseptikom (npr. Octenisept).
    2. Obriše se suhom sterilnom gazom jednim potezom.
    3. Namaže se antibiotska mast (npr. Bivacyn)
    4. Po potrebi se stavi SteriStrip te nova gaza ili flaster.
- Rane ne smiju biti uronjene u vodu – izbjegavajte kupke, bazene i prirodna kupališta najmanje 6 tjedana.
- Po potrebi će previjanje biti obavljeno ambulantno pod kontrolom medicinske sestre ili liječnika.

---

**Kosa i higijena**

- Tuširanje i pranje kose dopušteno je 48 sata nakon zahvata, uz upotrebu blagih šampona (npr. baby šampon).
- Izbjegavajte toplinu – ne koristite vrući fen ili toplinske uređaje jer privremena utrnulost kože može dovesti do opeklina.
- Bojanje kose ne preporučuju se prvih 4 tjedna nakon zahvata.

---

**Drenovi i konci**

- Dren se nekim slučajeva ne postavlja. Ako je dren postavljen, o njegovom održavanju i planiranom uklanjanju bit ćete posebno obaviješteni.
- U slučaju da dren sadrži više od 100 ml tekućine u 24 sata, potrebno je odmah kontaktirati liječnika.
- Konci se obično odstranjuju oko 10 dana nakon zahvata, a potpuna epitelizacija i zrelost ožiljka očekuju se tijekom 6–12 mjeseci.

COSMO
CHIRURGIA

tel: + 385 1 4873 023
e-mail: info@cosmochirurgia.hr
Adresa: Gradišćanska 34, 10 000 Zagreb

**Ožiljci i cijeljenje**

Nakon zahvata može ostati vidljivi ožiljak, koji u rijetkim slučajevima može biti hipertrofičan ili keloidan. Ožiljak prolazi kroz faze cijeljenja tijekom 6–12 mjeseci, a njegov se izgled s vremenom mijenja i poboljšava.
Vrlo je važno pridržavati se uputa o redovitoj njezi, masaži i zaštiti od sunca (minimalno SPF 50) kako bi se postigao optimalan estetski ishod.

---

**Oporavak i izgled**

- Oteklina i modrice očekivani su i mogu se povećati tijekom prvih nekoliko dana, a zatim postupno povlače kroz 2–3 tjedna.
- Privremena utrnulost i osjećaj zatezanja vrata su normalni i spontano prolaze.
- Izbjegavajte ekstremne pokrete lica i vrata, te hranu koja zahtijeva jako žvakanje u prvih nekoliko dana.
- Nemojte se zabrinjavati zbog početnog izgleda — rezultat se procjenjuje tek nakon 3 mjeseca, a konačan izgled nakon 6 mjeseci.

---

**Preporučena priprema lijekova i materijala:**

1. **Paracetamol 1000 mg** – 3x dnevno prva 2 dana, zatim po potrebi.
2. **Ketonal 50 mg** – po potrebi, do 3x dnevno, uz paracetamol.
3. **Diazepam 2 mg** – po potrebi, osobito navečer, do 2 tablete dnevno.
4. **Octenisept sprej** – za dezinfekciju rana.
5. **Bivacyn antibiotska mast –** za zaštitu rana.
6. **Sterilne gaze i Micropore trake** – za previjanje rana.

---

**Kada se javiti ranije:**

- Temperatura iznad 38,5 °C.
- Naglo povećanje otekline, crvenilo ili bolnost.
- Žuti ili zelenkasti iscjedak, neugodan miris iz rane.

tel: + 385 1 4873 023
e-mail: info@cosmochirurgia.hr
Adresa: Gradišćanska 34, 10 000 Zagreb

- Jaka bol koja se ne smanjuje na analgetike.
- Bilo kakva nuspojava lijekova (osip, mučnina, povraćanje).

Za sve hitne ili neodgodive medicinske probleme, kontaktirajte liječnika na mobitel.