

- első napokban a fejet alápolcolva, magasabb párnán ajánlott aludni
- javasolt az erősen fűszeres, csípős, forró ill. erős rágást igénylő ételek kerülése
- kerülendő a fokozott fizikai terhelés és minden olyan tevékenység, mely vérnyomás emelkedéssel jár
- hegvonal teljes gyógyulásáig kozmetikum nem érheti a sebet; az alsó szemhéjak igen érzékenyen reagálnak műtét után túl korán használt kozmetikumokra, előfordulhat emiatt súlyos allergiás gyulladás is
- varratszedés után hegek kiszáradástól óvása körömvirág kenőcs, aloe vera készítmények, zsíros kenőcsök használatával
- hegvonalat min. 2 hónapig ne napoztassuk (szolárim se!), napnak kitétt területet 50-es faktorú fényvédővel óvjuk, mivel nincs a hegsvetben pigmentanyag, ezáltal napfényre véglegesen bebarnul
- dohányzás mellőzése: kimutathatóan magasabb a dohányzással összefüggő szövődményi ráta (pl. sebszétválás, hegminőségi probléma, elhúzódó duzzanatok stb.)
- Vitaminok, nyomelemek szedése segíti az optimális hegképződést

## MILYEN TÜNETEK ESETÉN KELL A KEZELŐORVOSHOZ FORDULNI?

A szemhéjműtét után kialakuló látászavar, vérzés, fokozódó fájdalom, növekedő szemhéjduzzanat, műtét környezetében kialakuló fájdalmas bőrpír, fokozott váladékozás, a szemzárás tartósan fennálló nehézsége esetén **AZONNAL** forduljon kezelőorvosához!



**Szövődménymentes gyógyulást kívánok!**

Dr. Debreczeni Béla Zoltán Ph.D.  
 plasztikai sebész főorvos  
 Tel.: 30-869-2193  
[www.drdebreczeni.hu](http://www.drdebreczeni.hu)

FB: DR DEBRECZENI PLASZTIKAI SEBÉSZET



## SZEMHÉJPLASZTIKA PÁCIENSTÁJÉKOZTATÓ



**Beavatkozás helyi érzéstelenítésben történik**

**Műtét ideje: 40-120 perc**

**Klinikai benttartózkodás: pár óra megfigyelést követően, panaszmentes állapotban kísérővel a páciens otthonába távozhat**

**Kötéscsere és varratszedés: műtét utáni 5.-7. napon**

**Smink: 2 hét után lehet a szemhéjakra kozmetikumot alkalmazni**

**Teljes gyógyulás: 6-8 hét**

**Munkavégzés: nem megerőltető munka esetén 1 hét után visszatérhet dolgozni**

**Testedzés: 6 hét után fokozatosan terheléssel**

**Végleges eredmény: 3-6 hónap után**

**Kontrollvizsgálatok: 5-7. nap, 4. hét, 3. hónap**

**Dohányzó páciensek esetén a gyógyulási folyamat hosszabb**

A szemhéjplasztika a páciens számára az egyik legkevesebb kellemetlenséggel járó plasztikai sebészeti beavatkozás, mely igen látványos eredményt nyújt, lényegesen megfiatalítja a tekintetet. A szemhéjak plasztikai sebészeti műtete késlelteti az öregedés folyamatát, de nem állítja meg.

Az ideális szemhéjon nincs bőrfelesleg, nem megereszkedett, nem puffadt, nem táskás, nem néz ki fáradtnak, izomtónusa erős. Máskülönb a tekintet fáradtnak, kialvatlannak látszik, a megereszkedett szemhéj sminkelése problémás. Felső szemhéjplasztika abban az esetben végezhető jó eredménnyel, ha a halánték egyáltalán nem ereszkedett meg.

## A MŰTÉT

A szemhéjplasztika többnyire helyi érzéstelenítésben történik; fájdalomcsillapítót injekció formájában adjuk az érzéstelenítőt a szemhéjak bőre alá. Az első finom tűszúrást követően az injekció hatása azonnal kialakul, és további fájdalomtól nem kell tartani.

A felső szemhéjon a belső szemzugtól metszés halad a pillasor fölött, az áthajlási redőben a külső szemzug irányába és folytatódik a természetes ráncok területén, így a metszés rejtett helyzetű redőben marad. Az alsó szemhéjon a metszés közvetlenül a pillasor alatt halad a belső szemzugtól a külső szemzug irányába és a természetes ráncokban folytatódik.

A mélyebb rétegekbe nagyon vékony, finom felszívódó öltéseket alkalmazunk, a bőrsébet szintén nagyon vékony és finom tova futó nem felszívódó fonállal zárjuk. A varratvonalra sebgyógyító tapaszok, kötés kerül.

## SZÜKSÉGES VIZSGÁLATOK

- szemészeti szakvélemény: látásélesség, a szemgolyó, a szemnyomás, a szemfenék vizsgálata, könnytermelés
- labor, vizelet, EKG
- belgyógyászati/endokrinológiai kivizsgálásra szükség lehet, pld. pajzsmirigybetegeknél gyanúját keltő tünetek fennállásakor, vagy cukorbetegség vagy más a páciens által ismert, kezelt anyagcsere betegség fennállásakor

## FELKÉSZÜLÉS A MŰTÉTRE

- **Dohányzás** mellőzése: legalább 6 héttel a műtétet megelőzően tegye le a cigarettát. Már napi pár szál cigarettával is súlyosan kockáztatja a sebgyógyulást, a nikotin okozta érzékszervi károsítások a sebgyógyulási folyamatokat, pl. sebszétválás, hegminőség problémák, elhúzódó duzzanatok miatt.
- **Vitaminok, nyomelemek** (C-vitamin, E-vitamin, szelén, cink) jótékony hatással van a sebgyógyulásra, ezáltal a hegek minőségére. Két héttel a beavatkozás előtt célszerű multivitamin készítményeket és 1000 mg C vitamint szedni.
- **Véralvadásra ható** salicylat tartalmú gyógyszerek (Aspirin, Kalmopyrin), ginko biloba és egyéb hasonló természetgyógyászati **szerek mellőzése 2 héttel a műtét előtt.**

- Műtét előtti héten már **ne napozzon, szoláriumozzon**
- A műtétet megelőző este hajmosás javasolt, mivel frissen műtötten ez pár napig nem ajánlott
- Az elkerülhetetlenül kialakuló szemkörüli bevézések eltakarására szolgáló nagyobb méretű, a szemet jól takaró napszemüveget célszerű már a műtét előtt beszerezni
- Célszerű **zipzáras, gombos** ruházatban érkezni a műtétre, a könnyebb öltözködés érdekében
- Műtét napján a klinikára smink nélkül érkezzen

## MŰTÉT UTÁNI MELLÉKHATÁSOK

- duzzanatok a műtött szemhéjon 2-4 nap alatt nyom nélkül megszűnnek
- a bevézések a műtét elkerülhetetlen velejárói, max. 10 napon belül felszívódnak, ez a folyamat **ARNICA MONTANA 9CH** homeopátiás készítménnyel meggyorsítható.
- seb fájdalom: 1-2 napon belül teljesen megszűnik. Cataflam, vagy más vény nélkül is kapható fájdalomcsillapító pl. Nurofen Rapid Forte tabletták szedése elegendő.
- könnyezés
- fényérzékenység napszemüveg viselésével csökkenthető, hunyorgás elkerülhető

## SZEMHÉJPLASZTIKA EREDMÉNYÉNEK TARTÓSSÁGA

Egyénekenként változó, alkati és genetikusan meghatározott tényező mellett a páciens életvitele, betegségek és más tényezők is befolyásolhatják az elért eredményt; nem utolsósorban az a tény is, hogy az első szemhéjplasztikára milyen életkorban került sor. A műtét eredmény tartóssága átlagosan 10-15 év.

## AMIT A PÁCIENS TEHET AZ ESZTÉTIKUS EREDMÉNY ÉRDEKÉBEN

- műtétet követően azonnali **pihenés és jegelés** a műtétet követő 2 napig: 5-10 perc jegelés, 1 óra szünet. (jégzsél nem érintkezhet közvetlenül a sebbel, steril gézlappal, zsebkendővel fedjük, így választjuk el az arctól)
- fertőzés elkerülése érdekében, ha váladékozást észlel (reggel szeméi beragadnak, nem tudja jól nyitni) néhány napig szemrésbe **antibiotikus szemcseppet** alkalmazzon
- keringést és véráramot felszívódást elősegítő gyógyszer és/vagy speciális krém (pl. fekete nadálytő) használható
- szemváladék eltávolítása megnedvesített fülpiszkálással történhet