

Doma:

- Prvi teden po operaciji ležite z dvignjenim vzglavjem. Bolje se boste počutili in manj boste otečeni.
- Izogibajte se fizičnega napora npr. dvigovanju težkih bremen, ter ponavljajočemu se pripogibanju naprej, ker to povzroča pritisk v nosu in sinusih, posledično pa se lahko pojavi otekline in krvavitve iz nosu.
- Krvavkast izcedek iz nosu je po operaciji nekaj običajnega. Večkrat si zamenjajte zloženec pod nosom. Če se zloženec prepoji s krvjo in ga morate menjati več kot enkrat v petnajstih minutah, obvestite zdravnika.
- Uporabljajte nosne kapljice po navodilih, ki vam jih predpiše zdravnik (fiziološka raztopina) 8 krat na dan, ne glede na to ali imate v nosu tamponado ali ne. Fiziološka raztopina vlaži nosno sluznico, obenem pa preprečuje, da bi se tamponada prilepila na nosno sluznico. S tem boste zmanjšali tudi bolečine pri odstranitvi tamponade. Fiziološko raztopino dobite v lekarni. Lahko si jo pripravite tudi sami, tako da zavrete skodelico vode, jo ohladite in dodate 1/4 čajne žličke soli.
- Ne izpihujte nosu od pet do sedem dni po operaciji oziroma tako dolgo, dokler vam tega ne dovoli zdravnik. Ničesar ne dajajte v nos. Če morate kihati, kihnite previdno skozi usta.
- Zdravnik vam bo odstranil tamponado od dva do pet dni po operaciji. Odstranitev tamponade je ponavadi neprijetna. Da bi ta občutek omilili, vzemite eno uro pred odstranitvijo tamponade zdravila proti bolečinam. Eno uro po odstranitvi tamponade še počivajte. Če v tem času ne boste krvaveli lahko zapustite bolnišnico.
- Prvih nekaj dni po operaciji ne vozite avta.

- Do popolnega okrevanja boste potrebovali nekaj tednov počitka. Ne naprezajte se preveč. Na delo se lahko vrnete 10 dni po operaciji. Če opravljate fizično delo ali ste izpostavljeni dražečim plinom se posvetujte z osebnim zdravnikom.
- Vzemite predpisana zdravila proti bolečinam in antibiotike po naročilu zdravnika. Če vas zaradi predpisanih zdravil sili na bruhanje ali imate druge stranske učinke, pokličite vašega osebnega zdravnika.

Takoj pokličite zdravnika:


- če je gaza prepojena s krvjo in jo morate menjati več kot enkrat v petnajstih minutah,
- če se pojavi izrazita otekline ali rdečina in se le-ta povečuje,
- če imate zvišano telesno temperature (nad 38°C),
- če imate kljub jemanju zdravil proti bolečinam bolečine,
- če vas zaradi predpisanih zdravil sili na bruhanje ali imate druge stranske učinke.

Zloženko sestavile: Kosi Renata, Smogavec Marina,
Trinker Bojana

Klinika za otorinolaringologijo in cervikofacialno kirurgijo
Zaloška 2, Ljubljana

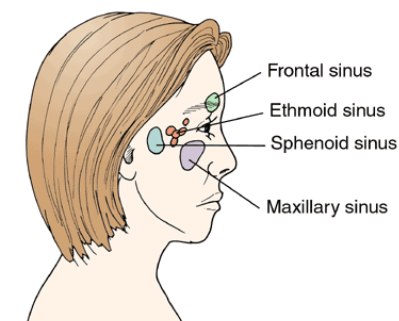
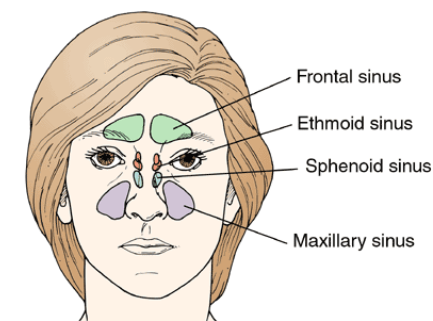
Tel: 01-522-4183

univerzitetni klinični center ljubljana 

univerzitetni klinični center ljubljana 
Klinika za otorinolaringologijo in cervikofacialno kirurgijo

Navodila bolnikom

po endoskopski operaciji obnosnih votlin

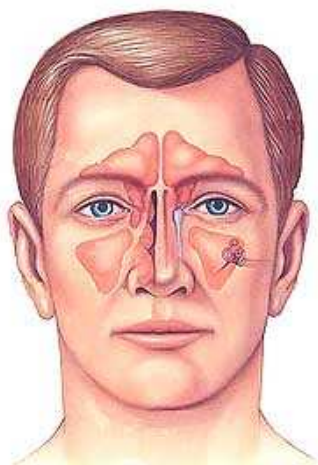


Ljubljana, november 2007

Navodila bolnikom po endoskopski operaciji obnosnih votlin

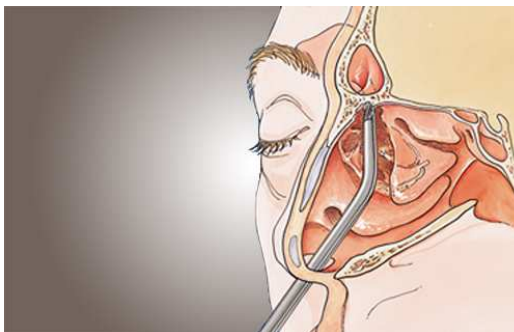
Kaj so sinusi?

Sinusi so z zrakom napolnjene obnosne votline v lobanji. Z notranjostjo nosu so povezani z majhnimi odprtinami. Lahko se vnamejo, kar povzroči izcedke in bolečine.



Kaj je sinusitis?

Sinusitis je vnetje sluznice v z zrakom napoljenih prostorih ob obnosnih kosteh. Infekcija se ponavadi širi iz nosu vzdolž ozkih prehodov, po katerih odteka sluz iz sinusov v nos. Sinusitis v prizadetem področju navadno povzroča občutek napetosti ali polnosti, včasih tudi ključajoče bolečine. Povzroči lahko vročino, zamašen nos in začasno izgubo voha. Vnetje lahko povzročijo tudi polipi v nosu in alergije.



Kaj je endoskopska operacija sinusov ali FESS (Functional endoscopic sinus surgery)?

To je danes osnovna kirurška metoda pri zdravljenju bolezni obnosnih votlin. Za operacijo so potrebni majhni svežnji svetlobe s kamero (endoskop) skozi nosnice do sinusov. Za ta poseg ni potrebe po zunanjih vrezih na obrazu ali v ustih. Operacijo izvede kirurg v splošni anesteziji, lahko pa tudi samo v lokalni anesteziji.

Endoskopska operacija omogoča natančno odstranitev vseh patoloških sprememb v obnosnih votlinah in je namenjena izboljšanju prezračevanja obnosnih votlin. Za to operacijo se odloči kirurg pri akutnih in kroničnih vnetjih obnosnih votlin, pri nosni polipozi, pri benignih in malignih tumorjih obnosnih votlin in pri kirurških posegih na spodnjem lobanjskem dnu.



Takoj po operaciji:

Po posegu boste imeli v nosu tamponado (Merocele), ki jo bo zdravnik odstranil od dva do pet dni po operaciji. Popolno okrevanje traja nekaj tednov. V nosu se lahko pojavi zasušena kri, sluz in kraste.

Pomembno je:

- da spirate nos s fiziološko raztopino. To bo pomagalo odstraniti strdke iz vašega nosu in preprečilo nastajanje brazgotin ter pripomoglo k pravilnemu celjenju,
- da jemljete predpisana zdravila proti bolečinam,
- da ležite z dvignjenim vzglavjem, kar zmanjša oteklino in olajša dihanje,
- da kihate in kašljate z odprtimi usti,
- da ob prvem vstajanju pokličete medicinsko sestro za pomoč,
- da ne izpihujete nosu in vrtate po nosu s prsti.

» Če opazite spremembe v vidu, otekanje okrog oči, če se pojavi bolečina v vratu ali glavobol, slabost ali bruhanje, krvavitev, ki po 10 minutah ne preneha pokličite medicinsko sestro.«