

Richtlijn na neustussenschot – neusbijholten operatie (FESS)

Inleiding

Vandaag bent u aan uw neustussenschot of neusbijholten geopereerd. Het is verstandig om vandaag nog de hele dag rustig aan te doen.

De eerste dagen na de ingreep

Als u onder algehele narcose bent geweest adviseren wij u, de dag van de operatie en de dag erna, het volgende: blijf thuis, rust veel, gebruik kleine licht verteerbare maaltijden, gebruik geen alcohol, rijd geen auto, motor of (brom)fiets en hanteer geen scherpe voorwerpen; uw concentratie- en beoordelingsvermogen kunnen verminderd zijn na de narcose. Regelmatig komen keelpijn en spierpijn voor na de operatie. Dit is normaal en gaat meestal vanzelf over. Tevens kan het zijn dat u nog enige tijd na de operatie snel vermoeid bent.

Pijn

Het is mogelijk dat u last heeft van de operatie. U kunt hiervoor paracetamol 500 mg, maximaal 3000 mg per dag gebruiken. Gebruik geen aspirine bevattende middelen in verband met kans op nabloeding.

Door warmte ontstaat verwijding van de bloedvaten waardoor een bloeding kan optreden. U kunt dit voorkomen door:

- niet te heet te douchen;
- eten en drinken te laten afkoelen, tot een dag na tampons verwijderen;
- geen gebruik te maken van sauna en/of zonnebank;
- de eerste dagen niet in de zon te lopen of te zitten.

Temperatuur

Wanneer uw temperatuur hoger blijft dan 38,5 °C, moet u de behandelend specialist of de huisarts raadplegen.

Bloedverlies

Enig bloedverlies en / of zwelling is normaal. Wanneer het bloedverlies voor uw gevoel veel is, moet u contact opnemen met de behandelend specialist.

Nazorg

U gaat naar huis met een speciaal neusverband. U kunt thuis hiervoor een gewoon dubbelgevouwen gaasje (10x10) gebruiken en papieren pleister om het vast te plakken. Meestal heeft de arts ook in de neus een gaastampon achtergelaten om het bloeden tegen te gaan. De tampons worden volgens afspraak verwijderd. Hierna gaat u ook zoals het heet 'neusdouchen'. Uw neus is door de verbanden, maar ook door de operatie, opgezwollen en pijnlijk. Dit is normaal en verdwijnt na een aantal dagen als ook de tampons eruit zijn gehaald.

De eerste weken na de operatie moet u voorkomen dat er drukverhoging in de neus/neusbijholten ontstaat. Dit kunt u voorkomen door vier weken lang:

- niet te bukken, te tillen en te persen;
- u mag de neus niet snuiten wel ophalen;
- niezen met de mond open. Als u veel moet niezen kunt u hiervoor een geneesmiddel bij de huisarts vragen;
- niet sporten.

Controle

De poliklinische controle vindt in overleg met de behandelend specialist plaats.

Vragen en problemen

Als u na thuiskomst nog vragen heeft of onverwachte klachten krijgt, dan kunt u altijd via het ziekenhuis uw behandelend specialist opbellen. Als deze niet bereikbaar is, verbindt men u door met het dienstdoende avond- of nachthoofd. U kunt dan met deze de vragen of klachten bespreken. Het telefoonnummer van het ziekenhuis is 020 - 755 7000. Met vragen of problemen kunt u ook terecht bij de huisarts.

Aandachtspunten voor (verzorging) thuis

Volg de instructie van de verpleegkundige, de aangekruiste helpen als geheugensteun.

Lichamelijke activiteiten hervatten

- ◇ Normaal zoals gebruikelijk
- ◇ Mag lopen
- ◇ Licht belasten _____
- ◇ Niet sporten _____ gedurende: _____
- ◇ Douchen _____
- ◇ Bad _____

Extra (oefeningen) doen

- ◇ _____
- ◇ Beslist niet doen: _____

Werkzaamheden hervatten als u daartoe in staat bent

- ◇ Ja, u mag dit zelf bekijken
- ◇ Nee voorlopig niet _____ gedurende: _____
- ◇ Werkzaamheden aanpassen: _____

Voeding

- ◇ Normaal (licht verteerbaar)
- ◇ Zacht dieet: _____ gedurende: _____
- ◇ Vloeibaar: _____
- ◇ _____

Wondverzorging en behandeling

- ◇ Verband verwijderen na: _____
- ◇ _____
- ◇ _____

Innemen voorgeschreven pijnmedicatie

- ◇ Zoals voorgeschreven en aan u geïnformeerd
- ◇ Volgens meegegeven recept
- ◇ _____

Overige (eigen) medicatie

- ◇ N.v.t.
- ◇ Gewoon doorgaan en hervatten
- ◇ Aanpassen en/of extra medicatie _____

In de volgende situaties moet u contact opnemen met het ziekenhuis:

- Nabloeden
- Overmatig bloedverlies
- Bij temperatuur hoger dan 38,5 °C
- Bij niet te onderdrukken pijn
- Erge zwelling van het operatiegebied