

Vedlagt er en beskrivelse af dit forventede forløb før, under og efter din operation.

Vi vil bede om, at du læser vejledningen igennem inden operationen og passer på den. Du kan få brug for den efter indgrebet.

Har du til forundersøgelsen udtrykt ønske om en særlig operationsdato, har vi prøvet at tage hensyn til det i planlægningen. Vil du gerne have tidspunktet rykket, vil vi bede dig om at kontakte os hurtigst muligt på email info@dagmarklinikken.dk.

Når du møder ind på operationsdagen, bedes du informere receptionisten og sætte dig i venteområdet. Du bliver hentet ind til forberedelsen af en opvåkningssygeplejerske og vil møde vores narkoselæge og din kirurg inden, du bliver ført videre ind på stuen.

Du skal regne med at forberedelse, operation og opvåkning i alt varer ca 2 timer.

Det er en god ide, at din pårørende er med under samtalen inden operationen og så vidt muligt overnatter sammen med dig det første døgn. Du må ikke selv styre bilen, når I kører hjem.

Den pårørende bliver ringet op, når du er vågen og klar til at blive hentet.

Du er indstillet til kikkertvejledt kirurgi på grund af sygdom i dine bihuler

Formålet med operationen er at åbne maksimalt op til de berørte bihuler og, hvis du lider af kronisk bihulebetændelse, fjerne eventuelle polypper.

Indgrebet udføres med kikkert igennem dine næsebor. Du får altså ingen synlige ar efter operationen. Indgrebet foregår i fuld bedøvelse.

Kronisk bihulebetændelse skyldes overaktivitet i en del af dit immunsystem. Sygdommen har sammenhæng med andre kroniske betændelsestilstande såsom astma og allergi og ses ved cirka 10 % af den danske befolkning. Fordi årsagen i langt de fleste tilfælde er ukendt, er behandlingen centreret om at prøve at mildne symptomerne så meget som muligt. Hjørnестenen i behandlingen er at dæmpe immunsystemet lokalt med næsespray, der indeholder binyrebarkhormon, og holde næsen ren med regelmæssige saltvandsskyldninger. For at lokalbehandlingen skal virke ordentligt, er det nødvendigt at skabe plads og adgang til bihulerne.

Er årsagen til din operation hyppige gentagne akutte bihulebetændelser, skal du ikke anvende næsespray efter indgrebet. Derimod er det fortsat vigtigt at holde næsen ren med saltvand i 3-6 måneder.

Din kirurg vil informere dig nærmere om din efterbehandling efter operationen.

I dagene op til operationen vil vi bede dig være opmærksom på følgende:

- Kontakt os hvis du får en akut infektionssygdom i luftvejene i dagene op til operationen, hvis du får feber eller er forhindret i at komme.
- Af hensyn til at sikre en optimal heling af knogle, hud og slimhinder vil vi tillade os at bede dig om at du stopper med at ryge i tiden 2 uger før og efter operationen. Din egen læge kan hjælpe med støtte til rygestop.
- Vi anbefaler generelt Panodil/Pamol samt Ipren/Treo som smertestillende medicin. Det fåes i håndkøb. Du får smertestillende medicin med af os til den første dag.
- Hvis du plejer at få blodfortyndende medicin eller medicin for fedme eller sukkersyge, skal du følge kirurgens anvisning om eventuel pause før indgrebet.
- Generelt skal du herudover iøvrigt blive ved med at tage alt din vanlige medicin.
- Du skal selv arrangere hjemtransport og du må ikke selv køre bil de første 24 timer efter operationen.
- Det første døgn er det rart ikke at være alene. Hvis muligt anbefaler vi, at du har dine pårørende om dig.
- Inden operationen skal du tage bad, børste tænder, vaske hår og ansigt. Undlad makeup. Piercinger i ansigtet tæt på operationsområdet bedes fjernet. Har du skæg skal det barberes af
- Du skal møde fastende til operationen. Det betyder, at føde, mælkeprodukter og

- alkohol ikke må indtages minimum de sidste 6 timer før mødetidspunktet. Har du mødetidspunkt efter kl. 12 skal du dog faste fra kl. 6 om morgenen. Vi anbefaler at du drikker 2 glas sukkerholdig væske (saft/juice uden frugtkød eller sodavand) 2 timer før operationen. Dette øger dit velbefindende under og efter indgrebet og nedsætter sandsynligheden for at du får kvalme.
- De sidste 2 timer før mødetidspunktet må du ikke drikke, tygge tyggegummi eller ryge. Bruger du briller, høreapparater, tandproteser eller kontaktlinser må du gerne beholde dem på indtil du kommer ind på operationsstuen. Her bliver dine ting opbevaret i en kuvert. Husk etui.

I dagene efter operationen vil vi bede dig være opmærksom på følgende:

- I de første par uger efter operationen vil dine slimhinder hæve op, og du kan derfor have svært ved at trække vejret igennem næsen. Det er normalt, men det hjælper lidt at skylle næsen, se beskrivelsen senere for yderligere.
- Smerter, følelsesløshed af tænderne i overmund, ømhed af næsetippen eller trykken i ansigtet og hovedpine kan forekomme. Indtag smertestillende håndkøbsmedicin efter behov. Ved voldsomt tiltagende smerter eller feber bedes du kontakte os.
- Det øger risikoen for næseblødning og hævede øjne, hvis du pudser næse de første 10 dage efter operationen. Nys/host med åben mund og sov med hovedet over hjerteniveau.

- Det anbefales, at du forholder dig i ro i de første 2 uger efter operationen. Undgå tunge løft og sport og lad være med at bøje dig forover eller anstrenge dig. Du må gerne gå ture.
- Det er vigtigt, at du holder næsen ren i de første 3 måneder efter operationen ved at skylle den 2 gange dagligt med lunkent postevand med salt i. Det gør du bedst med en særlig næseskyllekande, der hedder FLO Sinus Care. Du skal starte med at skylle allerede dagen efter indgrebet.
- Din første behandlingskontrol ligger typisk 1 måned efter operationen. Du vil blive indkaldt senere via e-mail eller sms.
- *Hvis du har fået fjernet polypper i næsen, er det vigtigt, at du fortsætter med at bruge næsespray med binyrebarkhormon hver dag, ellers kommer polypperne igen. Der kan være tale om en livslang behandling. Når man sprayer næsen meget, oplever mange patienter irritation, kløe, sårdannelse og/eller næseblødning. Desuden kan næsens slimhinde blive generet af pollen, støv mm. Derfor bør man forsætte med at skylle næsen 2-3 gange ugentligt fra de første 3 måneder efter operationen for at rense næsen og fugte slimhinden.*
- Blødning og stoppet næse er de mest markante gener efter operationen. Du skal derfor holde dig fra sport og fysisk arbejde i de første 14 dage. Blødninger standses ved at spise is og skylle næsen. Du får udleveret 4 piller af klinikken, inden du kører hjem, der hedder Cyklonova. De kan hjælpe blødningen til at standse hurtigere. Man spiser 2 af gangen med 2 timers interval. Langvarig skorpedannelse, ømhed og ændret følesans i den hårde gane ses ligeledes. En sjælden bivirkning til reduktion af de nedre muslingeben er en tilstand, der hedder Empty Nose Syndrome. Generne er ubehag ved vejrtrækning, en fornemmelse af dårligere vejrtrækning efter operationen, måske endda en oplevelse af at blive kvalt og langvarig udvikling af skorper i næsen. Tilstanden ses meget sjældent ved de teknikker, vi anvender.

Skylning af næsehulen med saltvand:

- Det anbefales at skylle næsehulen for at fjerne skorper. Begynd dagen efter operationen og fortsæt mindst 4-12 uger efter. Skyl 1-2 gange dagligt, hyppigst i starten.
- Saltvandsblanding:
Bland ¼ liter stuetempereret postevand (KUN i Danmark, i udlandet skal du bruge sterilt vand, der er kogt forinden eller flaskevand) med 1 lille teskefuld salt.
- Vi anbefaler at du køber den næseskyllekande, der hedder FLO Sinus Care på
- apoteket til at skylle med.

Anvendelse:

Du stiller dig over håndvasken og bøjer hovedet forover, mens munden holdes åben. Flaskens tud føres op til det ene næsebor, så det slutter tæt. Vend hovedet på skrå til den modsatte side og hold hagen lidt ind mod brystet. Herefter klemmes forsigtigt flere gange på flasken så vandet løber ud af det andet næsebor. Skift til den anden side. Pas på med at trykke for hårdt, så kan det gøre ondt i ørerne. Løber vandet ikke igennem fra det ene næsebor til det andet, er det en god ide at vente et par dage med at prøve igen. Du må ikke trykke for hårdt. Det skyldes tit hævelse efter operationen.

Hvis du får næseblod efter operationen:

1. Har du tamponer i næsen, må de ikke tages ud.
2. Spis 2 stk af de 4 medgivne blodstærkende piller (Cyklonova/Pilexam). Kan gentages efter 3 timer.
3. Hold hovedet lidt foroverbøjet, så blodet løber ud. Hold en lille skål under næsen.
4. Har du ingen tamponer i næsen, så skyl næsen med saltvand indtil blødningen stilner af.
5. Spis is eller sut på en isterning.
6. Man kan få det dårligt af næseblod. Forhold dig i ro og sid ned. Næseblod er ubehageligt og utrygt men det er ikke farligt.
7. Stopper eller stilner blødningen ikke af efter 2 timer, bedes kirurgen kontaktet.

Vi kan altid ved behov for akut hjælp kontaktes døgnet rundt på vores vagt telefon +45 28804860.

