

Bihuleoperasjon (FESS - operasjon)

Inngrepet utføres i narkose eller lokalbedøvelse.

Under operasjonen lages det større åpning inn til bihulene.
Det er vanlig å få innlagt tampong i midtre nesegang etter operasjonen.

Etter operasjonen:

Blødning

Det er normalt med blodsiving fra nesen eller bakover i svelget de første dagene etter operasjonen. For å redusere blødningen kan det være effektivt å suge på isbiter.

Smerter

Det er vanlig å få hodepine og trykk over/rundt øynene og i midten av ansiktet de første dagene etter operasjonen. Plagene gir seg oftest når tampongene er fjernet, men kan vare i flere uker.

Ligg gjerne høyt med hodet, det gjør det lettere å puste og reduserer pressfølelsen i nesen/ansiktet.

Bruk smertestillende medikamenter etter legens forordning.

Vannlating

Påse at vannlatingen fungerer som normalt etter behandlingen. Ta kontakt med sykehuset dersom du ikke får latt vannet i løpet av kvelden.

Mat/drikke

Du bør unngå varm mat og drikke det første døgnet for å redusere blødningsrisikoen.

Sår/hygiene

Bandasjen under nesen byttes når den er gjennomtrukket eller ved behov. Ved nysing/hosting må lufttrykket slippes ut gjennom munnen. Unngå å pusse/blåse hardt i nesa.

Røykestopp anbefales de første dagene etter operasjonen.

Saltvannsskylling

- Saltvannsskylling med tamponger inne
- Saltvannsskylling etter at tampongene er fjernet



trygghet når du trenger det mest

Det er viktig for å få fjernet skorper og sekret som danner grobunn for bakterier, og dermed kan føre til infeksjon.

Oppskrift på saltvann: 1 strøken spiseskje fint salt blandes ut i 1 liter varmt vann og avkjøles. Oppbevares i romtemperatur i maks ett døgn.

Skyllingsprosedyre:

- Fyll sprøyten med saltvannsblandingen.
- Stå over en vask, hold for det ene neseboret mens du spruter vann i det andre, snufs inn. Spytt ut gjennom munnen. Ta noen sprut i hvert nesebor.
- Skyllingen utføres 3-6 ganger daglig i ca. 1 måned. Du kan skylle oftere og lengre om ønskelig.
- Etter en ukes skylling kan du i tillegg bruke neseolje som kjøpes på apoteket. Brukes 2 ganger daglig etter saltvannsskylling for å motvirke tørrhet og skorpedannelse.

Aktivitet

Unngå idrettsaktiviteter eller andre aktiviteter som gir høy puls i 1-2 uker etter operasjonen.

Sykemelding avtales individuelt.

Kontakt Akuttmottaket SSK på tlf. 38 07 34 21 dersom:

- du får større blødning etter operasjonen

Kontakt (ved andre spørsmål)

Sørlandet sykehus Arendal (ØNH): Kan kontaktes mellom kl. 08.00 og 15.00 på telefon 37 01 45 31. Ved spørsmål etter kl. 15.00, som ikke kan vente til neste dag, ring Akuttmottak i Kristiansand på telefon 38 07 34 21.

Sørlandet sykehus Kristiansand: Kan kontaktes mellom kl. 08.00 og 15.00 på telefon 38 03 84 41. Ved spørsmål etter kl. 15.00, som ikke kan vente til neste dag, ring Akuttmottak på telefon 38 07 34 21.

Kontroll

ØNH-poliklinikk for å fjerne tampongene (det er viktig å spise frokost og ta smertestillende medisiner før du kommer til tampongfjerning):

trygghet når du trenger det mest