

Οδηγίες μετά τον ευθαιασμό του ρινικού διαφράγματος και του καυτηριασμού των ρινικών κογχών

Ο ευθαιασμός του ρινικού διαφράγματος και η κογχοτομή ή ο καυτηριασμός των ρινικών κογχών είναι οι επεμβάσεις που γίνονται για να βελτιώσουν την αναπνοή από τη μύτη. Γίνονται με γενική αναισθησία. Η διάρκεια της επέμβασης είναι περίπου 1-1,5 ώρα όταν γίνουν και οι δύο (45 λεπτά το διάφραγμα και 25 λεπτά οι κόγχες περίπου). Πολλές φορές οι δύο επεμβάσεις εκτελούνται ταυτόχρονα.

Αίσθημα πίεσης και πληρότητας στην περιοχή της μύτης υπάρχει αμέσως μετά το χειρουργείο και μέχρι να αφαιρεθεί το ειδικό αιμοστατικό υλικό που έχει τοποθετηθεί στη μύτη. Αυτό συνήθως αφαιρείται την 1^η ή 2^η μετεγχειρητική ημέρα. Το πρωί της ημέρας που πρόκειται να βγει το υλικό φάτε καλό πρωινό.

Αν έχουν τοποθετηθεί φύλλα σιλικόνης μέσα στη μύτη για σταθεροποίηση του διαφράγματος αφαιρούνται 1 εβδομάδα μετά.

Η μύτη για μία με δύο εβδομάδες θα είναι μπουκωμένη και ευαίσθητη στην πίεση για λίγες εβδομάδες.

ΟΔΗΓΙΕΣ

Υγρά : Η πιο σημαντική προϋπόθεση για γρήγορη ανάρρωση είναι η λήψη πολλών υγρών, κυρίως νερού.

Φαγητό : Σε γενικές γραμμές , δεν υπάρχουν περιορισμοί στη λήψη τροφής μετά την επέμβαση , αλλά συστήνουμε ελαφρά δίαιτα την πρώτη ημέρα. Τις πρώτες 2 ώρες δε δίνουμε υγρά, τα οποία μετά ξεκινάμε σταδιακά. Το απόγευμα της ίδιας ημέρας τρώμε ελαφρά (σούπα, ρύζι, κοτόπουλο φιλέτο).

Πόνος : Δεν υπάρχει έντονος πόνος αλλά περισσότερο αίσθημα μπουκώματος στη μύτη που προκαλεί δυσφορία.

Πυρετός : Ήπιος πυρετός , μπορεί να παρατηρηθεί το βράδυ της χειρουργικής επέμβασης και για μια ή δύο ημέρες αργότερα .

Αναπνοή : Τη διαφορά στην αναπνοή σας θα την παρατηρήσετε άμεσα μόλις αφαιρεθούν οι γάζες από τη μύτη σας, αλλά η μύτη μετά από λίγο θα ξαναμπουκώσει. Βέβαια, όσο περνούν οι ημέρες, η αναπνοή θα βελτιώνεται ολοένα και περισσότερο. Τις πρώτες ημέρες η μύτη θα γεμίζει κρούστες και εκκρίσεις. Κάντε πλύσεις όσο πιο συχνά μπορείτε. Τη διαφορά στην αναπνοή σας θα την αντιληφθείτε όταν η μύτη σταματήσει να παράγει εκκρίσεις (2-3 εβδομάδες μετά). Οι εκκρίσεις μπορεί να σταματήσουν ακόμα και μετά ένα μήνα.

Δραστηριότητες : Επιστρέφετε στη δουλειά σας μετά από 7 ημέρες. Τις πρώτες δύο εβδομάδες αποφεύγουμε τις έντονες δραστηριότητες, όπως ποδήλατο, ποδόσφαιρο, τρέξιμο, πολεμικές τέχνες, σήκωμα βάρους (πάνω από 5 κιλά) κ.α. Οι δραστηριότητες μπορεί να αυξηθούν σιγά-σιγά. Αποφύγετε την πτήση με το αεροπλάνο για 10 ημέρες.

Φάρμακα: Λάβετε τα παυσίπονα και την αντιβίωση σύμφωνα με τις οδηγίες που σας έχουν δοθεί. Κάντε συστηματικά τις πλύσεις στη μύτη σας και βάλτε τις ρινικές αλοιφές και τα σπρέι στη μύτη. Εμποτίστε μία μπατονέτα σε οξυζενέ και καθαρίζετε το εσωτερικό μπροστά μέρος της μύτης δύο με τρεις φορές την ημέρα.

Αν λαμβάνετε άλλα φάρμακα τα λαμβάνετε κανονικά, εκτός από αυτά που έχουν σχέση με την πήξη του αίματος (sintrom, ασπιρίνη, plavix κ.α.)

Αιμορραγία : Αναμένεται μικροαιμορραγία από τη μύτη μόλις αφαιρεθούν οι γάζες και τις πρώτες ημέρες μετά το χειρουργείο. Αν παρατηρήσετε μεγάλη αιμορραγία τότε βάλτε πάγο στη μύτη σας και πιέστε τη μύτη χαμηλά στο μαλακό της μέρος, όχι στο κόκαλο ψηλά, για δέκα λεπτά.

Μη φυσάτε δυνατά τη μύτη σας για τις επόμενες 10 ημέρες. Αν θέλετε να φτερνιστείτε, κάντε το με το στόμα ανοικτό για να αποφύγετε την πίεση στη μύτη.

Ύπνος : Κοιμηθείτε σε δύο μαξιλάρια για τις πρώτες ημέρες.

Απαγορεύεται το τσιγάρο και η κατανάλωση αλκοόλ: Η νικοτίνη μειώνει την αιμάτωση και εμποδίζει την επούλωση του τραύματος.

Επανεκτίμηση : Επανεκτίμηση και καθαρισμός στη μύτη θα γίνει σε μία εβδομάδα.

ΟΤΙΔΗΠΟΤΕ ΣΑΣ ΑΝΗΣΥΧΗΣΕΙ ΜΗ ΔΙΣΤΑΣΕΤΕ ΝΑ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΗΣΕΤΕ ΜΑΖΙ ΜΟΥ