Til deg som skal opereres i bihulene

Dette er et informasjonsskriv til deg som skal opereres i bihulene, om selve operasjonen og om hvordan du skal forholde deg i tiden etter operasjonen.

Mange mennesker er plaget med smerter og/eller betennelser i bihulesystemet. Typiske symptomer for bihulesykdommer er smerte, trykkfølelse, økt slimproduksjon, tett nese og nedsatt luktesans. Ofte går dette over av seg selv eller ved bruk av avsvellende nesespray og eventuelt antibiotikabehandling.

Dersom betennelsen blir en mer varig tilstand eller dersom det utvikles nesepolypper, cyster (mukocele/pyelocele), svulster eller brudd iområdet ved nesebihulene, må dette undersøkes nærmere. Det samme gjelder for enkelte typer neseblødning. I svært sjeldne tilfeller kan det oppstå komplikasjoner som følge av akutt bihulebetennelse (f.eks. øyeaffeksjon eller hjernehinnebetennelse). En sentral og viktig rolle i utredningen av bihulesykdommer er CT (Computertomografi).

Avgjørelsen om operasjon blir tatt sammen med din private ØNH lege eller via ØNH poliklinikk. Inngrepet gjøres enten dagkirurgisk eller som inneliggende, vanligvis 1 døgn.

I forkant av inngrepet må det avklares om du har andre sykdommer eller om du bruker medisiner som kan ha betydning for operasjonen eller narkosen. Særlig er det viktig å vurdere blodfortynnende medikamenter. Dette må avklares før operasjonsdagen, enten med din ØNH lege, ØNH poliklinikk eller din fastlege.

**Operasjonsdagen**

Dusj med hårvask hjemme, eventuelt kvelden før.

Til deg som skal reise hjem samme dag

Du møter fastende på Dagkirurgi Østtil avtalt tid. Her møter du personell som tar imot deg og gir deg videre informasjon. Du vil også bli undersøkt av lege og orientert om inngrepet før operasjonen. Du får utdelt sykehusklær og vi har låsbare skap til dine personlige eiendeler.

Vær forberedt på at det kan bli noe venting før det er klart til operasjon.

Til deg som skal være inneliggende

Blodprøver tas innen 14 dager før operasjonen.

Barn som skal ta blodprøver kan få Emla-krem i begge albuebøyninger ca. 1 time før blodprøven tas. Emla-kremen bedøver området og kan kjøpes reseptfritt på apoteket.

Du møter fastende på sengepost 2AB Øre-Nese-Hals til avtalt tid. Her møter du personell som tar imot deg og gir deg videre informasjon. Du får utdelt sykehusklær og vi har låsbare skap til dine personlige eiendeler.

Vær forberedt på at det kan bli noe venting før det er klart til operasjon.

**Om operasjonen**

Bihulene opereres ved hjelp av optisk utstyr (endoskop) og utføres gjennom neseboret. Ved spesielle sykdomstilstander kan det bli nødvendig å åpne bihulene utenfra. I slike tilfeller avklares dette med pasienten på forhånd. Omfanget av operasjonen varierer avhengig av sykdomstilstand og utbredelse. Man kan utvide utførselsgangene fra bihulene på en skånsom måte uten å fjerne vev og samtidig skylle bihulene, eller det kan bli nødvendig å fjerne bein, sykelig vev og å lage større åpninger inn til bihulene. Noen ganger kombineres en bihuleoperasjon med andre tiltak i nesen, som for eksempel korreksjon av neseskilleveggen.

Smerter er ikke uvanlig etter en operasjon. Du får smertestillende medikamenter umiddelbart etter inngrepet og videre ved behov. Ved hjemreise skriver legen resept på smertestillende medikamenter dersom du har behov for det.

Ved slutten av operasjonen legges det som regel inn tamponade i nesen for å stoppe blødninger og for å gi støtte. Ofte brukes en spesiell tamponade som vil løse seg opp og komme ut som slim etter noen dager. Andre ganger brukes en noe kraftigere tamponade som fjernes etter 1-2 dager.

**Etter operasjonen**

Til deg som skal reise hjem samme dag

Etter operasjonen må du observeres minimum 1 time. En lege undersøker deg før hjemreise. Du må ha følge hjem, ikke kjøre bil selv og ikke være alene den første kvelden og natten etter operasjonen.

Til deg som skal være inneliggende

Du overnatter på sengepost 2AB eller på pasienthotellet.

Ved overnatting på pasienthotellet observeres du minimum 1 time før du kan sjekke inn. Du kan ikke være alene den første kvelden og natten etter operasjonen, og må derfor ha en voksen pårørende (over 18 år) med deg på hotellrommet. Hotelloppholdet for pasient og en pårørende blir dekket av SUS.

Neste dag møter du på 2AB ca. kl. 09:00 til en utskrivingssamtale med lege.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Saltvannsskylling av nesen

Det er viktig å skylle nesen godt med saltvann fra dag 1 etter operasjonen eller etter at eventuelle tamponader er fjernet. Du kan kjøpe ferdig utblandet saltvann på apoteket eller lage dette selv. Kok opp 1 liter vann og tilsett 1 spiseskje salt. Saltvannet skal ha kroppstemperatur ved bruk. Det anbefales skylling 3–4 ganger daglig fram til første etterkontroll eller i minimum 2 uker. Du kan bruke sprøyte eller nesehorn.

Sykemelding

De fleste får sykemelding i ca. 2 uker, men dette kan variere etter inngrepets art og hvilken type jobb du skal tilbake til.

Kontroll/oppfølging

Kontroll etter 1-2 dager for å fjerne tamponader i nesen.

Kontroll etter 7-14 dager hos legen som har operert deg.

Trening

Du bør ikke trene de første 2 ukene etter operasjonen. Etter 2 uker kan du starte forsiktig og øke treningen gradvis. Det beste er å begynne med utholdenhetstrening og deretter øke forsiktig med styrketrening.

Dusj/bad

Dagen etter operasjonen kan du dusje fra halsen og ned, men du bør vente med hårvask ytterligere en dag. Det er viktig å ikke bruke for varmt vann da dette kan øke blødningsfaren.

Bruk av nesespray

En del pasienter bruker regelmessig nesespray som for eksempel Nasonex, Avamys, Rhinokort eller Fluitide nasal. Du kan vente 10-14 dager etter operasjonen før du bruker nesespray igjen da det er hevelse, skorper og gammelt blod i nesen den første tiden etter operasjonen.

Når kan du snyte deg?

Du bør ikke snyte deg de første 14 dagene etter operasjonen. Ved snyting/blåsing oppstår det et forholdsvis høyt trykk i nesen og dette kan fremprovosere blødninger og er ugunstig i tilhelingsprossessen. Det er derimot helt ok å trekke innover.

Generelt kan du føle deg litt tettere i nesen den første uken etter operasjonen fordi slimhinnene reagerer med hevelse etter kirurgi. Unngå å bøye hodet for mye. Det er ikke uvanlig med noe siving av blodtilblandet sårvæske de første 2 dagene etter operasjonen, men ta kontakt dersom det blør kontinuerlig eller i store mengder. Ta også kontakt ved tegn på infeksjon som feber, smerte eller nedsatt allmenntilstand.

En svært sjelden komplikasjon etter bihuleoperasjon er trangere tårekanal som følge av arrdannelse. Dette kan gi økt produksjon av tårer. Arrdannelse kan også oppstå rundt bihuleåpningene. Disse blir dermed trangere og kan gi symptomer på bihulesykdom.

Andre sjeldne komplikasjoner kan være synsforstyrrelser, dobbeltsyn, hud-, bløtvevs- og nerveskader samt midlertidig eller permanent endret luktesans. Det kan også i svært sjeldne tilfeller forekomme skade på skallebasis med fare for hjernevæskelekkasje eller hjernehinnebetennelse.

Kontaktinformasjon:

ØNH poliklinikk tlf. 51 51 83 70 (dagtid)

ØNH sengepost 51 51 87 71/904 18 877 (kveld/natt/helg).

Med vennlig hilsen personalet ved ØNH avdelingen