

Endoskopisk bihulekirurgi (FESS)

Bihulene består av små luftfylte hulrom som luftes via små åpninger til nesens. Når disse tettes kan det oppstå kronisk betennelse og av og til polypper. Behandlingen for dette er medisinsk, men av og til kan det være nødvendig også med kirurgi der det anvendes "kikkert" gjennom nesens inn til bihulene. Operasjonen tar litt under en time. Og gir ingen synlige arr.

Før operasjonen: Dersom du får en akutt luftveisinfeksjon / hoste / feber, blir syk før operasjonen, bør du snarest kontakte oss, slik at vi kan avgjøre om operasjonen må utsettes. Du skal ikke ta blodfortynnende, vitaminer (f.eks. tran, fritt flyt produkter), eller naturmedisiner siste 4 ukene før operasjonen. Det er en fordel om du bruker steroid-nesespray i lengre tid før og etter operasjonen. *Vi anbefaler at du spiser litt sent dagen før operasjonen, slik at fastetiden ikke blir for lang.*

Operasjonsdagen: Du må dusje og skifte til rene klær før du kommer til oss, dette fordi du bruker dine egne klær på vår "ren sone" / operasjonssal. Vi anbefaler at man anvender lett tøy, f.eks joggebukse/T-skjorte. En time før oppmøte skal du ta 3 paracet 500 mg til litt vann (uansett fastetid). Dersom du bruker astma medisiner og medisiner for halsbrann skal dette også taes før oppmøte. **NB:** Dersom du tar andre faste medisiner om morgenen, må du høre med oss hva du får lov å ta.

Faste v/lokalbedøvelse: Du må faste i 2 timer før oppmøte. Du vil komme inn på operasjonssalen der vi vil bruke ca 4 minutter på å bedøve deg, deretter slapper du av og hører på litt musikk til operasjonen starter.

Faste v/narkose: Du må faste i 6 timer (gjelder også snus, tyggegummi, røyk). Det er i orden å drikke klar væske frem til 2 timer før oppmøte (f.eks. vann, klar saft, kaffe, te).

Etter operasjonen

- Dersom du har hatt narkose vil du ligge 1-2 timer på oppvåkingsrommet for å hvile. Dersom du har fått lokalbedøvelse trenger du ikke det. Du må hentes, da du ikke kan kjøre bil hjem (eller ta off. transport). Du skal ikke være alene hjemme første natten. Du blir vanligvis sykemeldt i ca. 1-2 uker. Ta smertestillende ved behov og kjøl gjerne ned nesens i 5-10 minutter ad gangen med f.eks en ispose eller en grønnsaksblanding fra frysen.
- **Mat:** Du bør ikke spise eller drikke for varm mat operasjonsdagen og den dagen du trekker tampongene.
- **Saltvannsskylling av nesens** er viktig for å holde nesens åpen: Du kan anvende romtemperert vann direkte fra springet. Blandingsforhold: 1 spiseskje salt til 1 liter vann. Skyll med en stor engangssprøyte / skyllehorn flere ganger helt til du får rent skyllevann. Dette skal gjøres minst 4 ganger i døgnet den første uken, deretter trapper du ned til 3 ggr dgl i neste uke, deretter 2 ggr/dag, og siste uken 1 gang/dag. Dersom du blir veldig tett i nesens, kan du i 1-2 dager få anvende Otrivin 10 minutter rett før saltvannsskyllingen.
- **Oppstart skylling:** Dersom du har ikke har tamponger, starter saltvannsskyllingen umiddelbart etter du er kommet hjem. Dersom du har fått tamponger, må du vente til tampongene er tatt ut.
- **Nesetampongfjerning:** Noen ganger vil kirurgen måtte legge inn tamponger (antibiotika salvestrimler). Tampongene fjerner du selv 3.dagen etter operasjonen. Du tar først litt frokost, kjøler ned nesens, setter deg på en stol ved vasken og trekker langsomt, men bestemt og i rolig tempo ut tampongen på den ene siden. Det er vanlig å føle at tampongen sitter litt fast, men det gjør den aldri, så bare fortsett å trekke i rolig tempo! Når første siden er ute, skyller du umiddelbart med rikelig romtemperert saltvann. Når du er klar med skyllingen, gjør du akkurat det samme på motsatt side. Avslutt med å skylle begge sider. Dersom du blør fortsatt etter skyllingen, fortsetter du å skylle med kaldere saltvann.
- Dagene etter operasjonen / tampongfjerningen vil det i en lengre periode komme blod og skorper fra nesens.
- Påbegynn antibiotikakuren operasjonsdagen og behandling med steroid-nesespray en til to uker etter operasjonen, og fortsett med sprayen inntil du får ny beskjed fra din kirurg.
- Dersom du får høy feber eller sterke smerter etter operasjonen, bør du ta kontakt med oss.
- Det er ikke å anbefale å røyke de første 6 månedene etter operasjonen.

Se også våre hjemmesider for mer informasjon www.fanamedisinske.no Velkommen til oss!

Vaktnummer dagtid: 55922222 Utenom ordinær kontortid **Dr. Nordahl** 91 13 13 32
Evt. kontakt nærmeste Øre-Nese-Hals-avdeling ved sykehuset i ditt nærrområde