



Ενδοσκοπική Χειρουργική Ρινός και Παραρρινίων - Αφαίρεση ρινικών πολυπόδων - Μετεγχειρητικές οδηγίες

Τι έγινε μέσα στο χειρουργείο;

Πριν την επέμβαση είχατε διαγνωστεί με χρόνια ρινοκολπίτιδα. Η κατάσταση αυτή μερικές φορές συνοδεύεται και από ρινικούς πολύποδες. Είχατε μπουκωμένη μύτη και η αναπνοή από τα ρουθούνια ήταν δύσκολη. Η αίσθηση της όσφρησης ήταν μειωμένη. Μπορεί επίσης να υποφέρατε από συχνές ρινοκολπίτιδες (ιγμορίτιδες) και χρειάζοσαστε συχνά αντιβιοτική αγωγή. Όλα αυτά είναι συμπτώματα της χρόνιας ρινοκολπίτιδας. Οφείλεται στο ότι -για διάφορους λόγους- ο «λαβύρινθος» της ρινικής κοιλότητας είναι τόσο στενός, που δεν μπορούν να παροχετευτούν οι εκκρίσεις και οι παραρρινιοί κόλποι δεν αερίζονται καλά.

Σήμερα, στον 21^ο αιώνα, η θεραπεία της χρόνιας ρινοκολπίτιδας με ή χωρίς πολύποδες γίνεται με τα χειρουργικά ενδοσκόπια. Μέσα στο χειρουργείο έγινε προσπάθεια διόρθωσης της αιτίας που προκαλούσε την απόφραξη της ρινός, στοχευμένα και με ασφάλεια. Αν υπήρχαν πολύποδες, τότε αυτοί αφαιρέθηκαν στο μεγαλύτερο μέρος τους.

Τι να περιμένω μετά το χειρουργείο;

Ρινική συμφόρηση και εκκρίσεις: Το μούκωμα που είχατε πριν το χειρουργείο δε θα διορθωθεί αμέσως. Οι χειρουργικοί χειρισμοί προκαλούν ένα αναπόφευκτο τραυματισμό στο εσωτερικό της μύτης, που χρειάζεται κάποιο χρόνο για να επουλωθεί.

Μέχρι να γίνει αυτό, η μύτη θα είναι μπουκωμένη και θα έχει εκκρίσεις. Μπορεί επίσης τα μάτια να δακρύζουν και η όσφρηση να είναι μειωμένη. Η όλη κατάσταση μοιάζει με αυτό που νιώθει κανείς σε ένα σοβαρό κρυολόγημα. Το μούκωμα θα βελτιώνεται σταδιακά και οι εκκρίσεις θα μειώνονται μέσα σε ένα διάστημα 1-2 εβδομάδων. Το τελικό αποτέλεσμα όμως το περιμένουμε σε περίπου δύο μήνες από τη μέρα του χειρουργείου.

Πόνος: Ο πόνος είναι συνήθως ήπιος ως μέτριος σε βαρύτητα. Σας έχω συνταγογραφήσει δύο είδη παυσίπων. Τις πρώτες 3-4 ημέρες καλό είναι να τα παίρνετε στη μέγιστη δόση, ενώ μετά θα αρχίσετε σταδιακά να τα μειώνετε και να τα παίρνετε μόνο όταν τα χρειάζεστε. Μην παίρνετε διαφορετικά παυσίπων από αυτά που σας συνταγογραφήθηκαν, καθώς κάποια είδη παυσίπων, όπως η ασπιρίνη, μπορούν να οδηγήσουν σε μετεγχειρητική αιμορραγία.

Αιμορραγία: Μικρή ποσότητα αιματηρής έκκρισης είναι αναμενόμενη για 1-2 εβδομάδες μετά το χειρουργείο λόγω των χειρισμών κατά τη διάρκεια του χειρουργείου. Η ποσότητα θα μειώνεται σταδιακά μέρα με τη μέρα. Η αιμορραγία δεν θα πρέπει να είναι έντονη ή συνεχής. Σε σοβαρή αιμορραγία (σταγόνες αίματος που στάζουν από τη μύτη), μη διστάσετε να επικοινωνήσετε μαζί μου.

Πυρετός: Χαμηλός πυρετός (38 °C ή χαμηλότερος) είναι συνήθης μετά το χειρουργείο. Σε περίπτωση υψηλού πυρετού (πάνω από 39 °C), επικοινωνήστε άμεσα.

Τι πρέπει να κάνω εγώ μετά το χειρουργείο;

Η περισσότερη δουλειά του χειρουργού τελείωσε με το τέλος του χειρουργείου. Η πιστή εφαρμογή των οδηγιών του χειρουργού και η φροντίδα που θα κάνετε εσείς καθημερινά στη χειρουργημένη μύτη σας θα καθορίσει σε μεγάλο βαθμό το τελικό αποτέλεσμα.

Φάρμακα: Σας έχουν χορηγηθεί παυσίπονα και αντιβίωση. Τηρείστε τις ώρες χορήγησης των φαρμάκων για να έχουν τη μέγιστη δυνατή δράση.

Ρινοπλύσεις και κρέμες για τη μύτη: Αίμα και βλέννη μέσα στη μύτη μπορούν να στερεοποιηθούν δημιουργώντας κρούστες που δυσκολεύουν την αναπνοή. Είναι πολύ σημαντικό αυτές να αφαιρούνται συστηματικά, καθώς αυτό θα βελτιώνει την αναπνοή, θα μειώνει την πιθανότητα φλεγμονής και την πιθανότητα οι δομές της μύτης να κολλήσουν σε λάθος θέση. Κύριος τρόπος απομάκρυνσης κάθε κρούστας και βλέννας είναι

1. η συσκευή πλύσεων SinusRinse
2. το ενυδατικό spray (Neilmed Dry Nose ή Tonimer Gel)
3. το αποσυμφορητικό gel (Otrivin gel ή Vibrocil Gel) και
4. η αντιβιοτική αλοιφή (Baktroban nasal ointment).

Χρησιμοποιήστε το ενυδατικό spray πολλές φορές τη μέρα για να είναι μαλακές οι κρούστες.

Κάνετε άφθονες ρινικές πλύσεις με μεγάλη ποσότητα φυσιολογικού ορού. Τις πρώτες ημέρες καλό είναι να κάνετε τουλάχιστον τρεις ρινοπλύσεις τη μέρα χρησιμοποιώντας τουλάχιστον ένα μπουκαλάκι SinusRinse (240ml) τη φορά. Μπορείτε να κάνετε ρινοπλύσεις όσο συχνά θέλετε και σίγουρα όταν νιώθετε έντονο μούκωμα. Να περιμένετε ότι τις πρώτες ημέρες, θα αποβάλλεται μεγάλη ποσότητα στερεοποιημένης βλέννας σε κάθε πλύση. Η ποσότητα αυτή θα μειώνεται μέσα στις επόμενες 1-2 εβδομάδες.

Μετά τις ρινοπλύσεις τοποθετήστε μια ποσότητα αποσυμφορητικού Gel και ενυδατικού spray, καθώς και μικρή ποσότητα αντιβιοτικής αλοιφής στο μπροστινό τμήμα των ρουθουνιών.

Δίαιτα: Κάποιοι ασθενείς παρουσιάζουν ήπια ναυτία ή ακόμη και έμετο για 1-2 ημέρες μετά τη λήψη γενικής αναισθησίας. Μόλις αυτό υποχωρήσει μπορείτε να φάτε κανονικά.

Είναι καλύτερο να αποφύγετε τα ζεστά υγρά για τρεις με τέσσερις ημέρες μετά το χειρουργείο, καθώς αυτό μπορεί να αυξήσει την πιθανότητα αιμορραγίας.

Μην καπνίσετε ή πιείτε κάποιο αλκοολούχο ποτό κατά τις πρώτες δέκα ημέρες μετά το χειρουργείο.

Δραστηριότητες: Ο ελάχιστος χρόνος που πρέπει κάποιος να μείνει μακριά από την δουλειά του μετά από την επέμβαση είναι τέσσερις (4) ημέρες. Ο ακριβής όμως χρόνος εξαρτάται από το είδος της επέμβασης και το είδος της εργασίας σας (π.χ. σκόνες, αγροτική εργασία).

Είναι καλύτερο να αποφεύγονται οι κοπιαστικές δραστηριότητες για περίπου δύο εβδομάδες μετά το χειρουργείο γιατί μπορεί να αυξήσουν την αρτηριακή πίεση, αυξάνοντας την πιθανότητα αιμορραγίας. Είναι επίσης καλύτερο να αποφεύγεται το φύσημα της μύτης.

Σε περίπτωση έντονου μπουκώματος ή έκκρισης, αντιμετωπίστε με επιπλέον ρινοπλύσεις. Εάν νιώσετε την ανάγκη να φτερνισθείτε είναι καλύτερο αυτό να γίνει με το στόμα ανοιχτό.

Μην οδηγήσετε και μην υπογράψετε ή πάρετε οποιαδήποτε σοβαρή απόφαση τις πρώτες 48 ώρες.

Πότε πρέπει να επικοινωνήσω επειγόντως με το γιατρό μου;

Θα σας δοθούν ακριβείς οδηγίες για το πότε θα είναι το επόμενο ραντεβού στο ιατρείο. Ο έλεγχος στο ιατρείο είναι απαραίτητος για να προληφθούν και να διορθωθούν άμεσα τυχόν επιπλοκές της επέμβασης.

Μη διστάσετε όμως να επικοινωνήσετε άμεσα μαζί μου σε περίπτωση:

1. σοβαρής αιμορραγίας
2. έντονης απόφραξης που δεν υποχωρεί με πλύσεις
3. έντονου πόνου που δεν υποχωρεί με τα παυσίπονα
4. πυρετού μεγαλύτερου από 39°C
5. Σταδιακή επιδείνωση αντί σταδιακής βελτίωσης των συμπτωμάτων.

Καλή συνέχεια και Καλή ανάρρωση!