

Nefsjáraðgerð

Functional Endoscopic Sinus Surgery (FESS)

Aðgerðin er oftast gerð í svæfingu. Speglnunartæki er fært inn um nasirnar og varpar mynd á skjá. Skurðlæknirinn sér þannig vel í nefhol og nefskúta meðan á aðgerð stendur. Til að draga úr blæðingu eftir aðgerðina er oft sett tróð í nefið.

Undirbúningur fyrir aðgerð

Náttúru- og fæðubótarefni

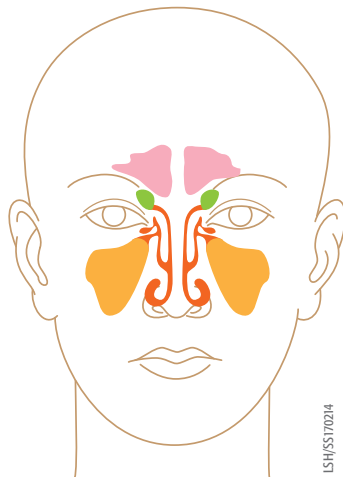
Ráðlagt er að hætta notkun allra náttúru- og fæðubótarefna tveimur vikum fyrir aðgerð, þar sem þau geta aukið hættu á blæðingu í aðgerð og haft áhrif á verkun lyfja sem notuð eru við svæfingu. Óhætt er að taka áfram inn fjölvítamín og steinefni.

Blóðþynningarlyf

Ef breyta eða stöðva þarf blóðþynningarmedferð fyrir aðgerð er það gert í samráði við skurðlækni.

Tóbaksnotkun og rafrettur

Reykingar, nef- og munntóbaksnotkun og nikótín í rafretum hafa áhrif á bata eftir skurðaðgerð og geta seinkað því að sár grói og aukið hættu á fylgikvillum aðgerðar. Því er mikilvægt að hætta tóbaksnotkun 6-8 vikum fyrir aðgerð og vera tóbakslaus í að lágmarki tvær vikur eftir aðgerð. Þeir sem nota tóbak eru hvattir til að hætta og geta leitað aðstoðar á heilsugæslustöðvum eða á www.heilsuvera.is (netspjall, símaráðgjöf og fræðsluefni).



LSH/SS170014

Símaviðtal vegna svæfingar

Svæfingahjúkrunarfræðingur hringir í sjúkling nokkrum dögum fyrir aðgerð til að fara yfir heilsufar með tilliti til svæfingar og veita tækifæri til spurninga. Ef frekari rannsókn eða upplýsinga er þörf, er boðað í innskriftarviðtal á spítalanum fyrir aðgerðina.

Gott er að hafa lyfjalista við höndina, því í símtalinu eru veittar upplýsingar um hvaða lyf má taka fyrir aðgerðina. Sum lyf er óæskilegt að taka fyrir svæfingu. Ef vandamál hafa komið upp eftir fyrri svæfingar, til dæmis miklir verkir, ógleði eða uppköst, er mikilvægt að segja frá því.

Í símaviðtalinu verður spurt um:

- Fyrri reynslu af svæfingum
- Ofnæmi eða óþol fyrir lyfjum
- Hæð og þyngd
- Áfengisneyslu og reykingar
- Gervitennur og tannbrýr
- Heilsufar og sjúkdóma
- Lyfjanotkun, þar á meðal notkun náttúrulyfja og fæðubótarefna

Kvöldið fyrir aðgerð

Fasta

Nauðsynlegt er að fasta fyrir aðgerð til að minnka hættu á fylgikvillum í tengslum við svæfingu. Löng fasta er þó ekki góð fyrir líkamann og fólki líður betur eftir aðgerð ef eftirfarandi leiðbeiningum er fylgt:

- Fá sér aukabita eða drykk áður en lagst er til svefnis kvöldið fyrir aðgerð.
- Ekki má borða mat síðustu 6 klst. fyrir komu á spítalann.
- Óhætt er að drekka tæra drykki (1-2 glös í senn) þar til 2 klst. eru í komu á spítalann. Tær drykkur er t.d. vatn, tær ávaxtasafi og mjólkurlaust kaffi og te.
- Þegar á spítalann er komið veitir starfsfólk upplýsingar um hvort og hve lengi megi drekka fram að aðgerð.
- Ekki má nota tóbak síðustu 2 klst. fyrir aðgerð.

Fylgd heim

Gera þarf ráð fyrir að fá fylgd heim, því ekki má aka bíl fyrr en daginn eftir svæfingu. Eins er ráðlegt að hafa einhvern hjá sér fyrstu nóttina eftir aðgerð til öryggis.

Annar undirbúningur

Við innlögn á deild er gott að hafa með sér afþreyingarefni. Nota má farsíma en stilla þarf á hljóðlausa hringingu.

Aðgerðardagur

Sturta

Nauðsynlegt er að fara í sturtu áður en komið er á spítalann. Klæðast þarf hreinum fötum eftir sturtuna og ekki má nota svitalyktareyði, krem, andlitsfarða, ilmefni, naglalakk eða skartgrip.

Mæting er á dagdeild A5 á 5. hæð Landspítala í Fossvogi, á umsömdum tíma að morgni aðgerðardags.

Fyrir aðgerðina þarf að vera búíð að undirrita samþykki fyrir aðgerð og svæfingu. Óvæntar aðstæður geta valdið því að aðgerðartími breytist. Til að tryggja öryggi er endurtekið spurt um mikilvæg atriði svo sem nafn, kennitölu, ofnæmi, föstu og tegund aðgerðar. Þegar komið er á skurðstofu fer fram frekari undirbúningur fyrir aðgerðina. Settur er æðaleggur í handarbak eða handlegg og er hann notaður til að gefa vökva og lyf.

Eftir aðgerð

Eftir aðgerð fer sjúklingur á vöknunardeild og síðan aftur á dagdeild. Útskrift er áætluð samdægurs.

- Ef ber á verkjum eða ógleði er mikilvægt að láta vita svo hægt sé að bregðast við því.
- Fótaferð er leyfð strax við komu á deild.
- Eftir aðgerðina getur komið fram tregða við þvaglát og því er mikilvægt að reyna að pissa fljóttlega eftir komu á deild. Láta þarf vita ef ekki gengur að pissa eða lítið kemur af þvagi.
- Eðlilegt er að finna fyrir þreytu og sljóleika fyrst um sinn.
- Hálssærindi geta komið eftir svæfinguna, en þau hverfa jafnan á 1-2 dögum.
- Boðið er upp á léttu máltíð fyrir heimferð.

Fyrir útskrift þarf að vera búíð að fá:

- Útskriftarfræðslu
- Lyfseðil fyrir verkjalyfjum ef með þarf
- Endurkomutíma hjá lækni

Útskriftarfræðsla

Verkir

Búast má við verkjum á skurðsvæði fyrstu dagana og óþæginda vegna tróðs í nefi. Ef verkir eru viðvarandi er æskilegt að taka verkjalyf reglulega yfir daginn, samkvæmt leiðbeiningum. Smám saman er síðan dregið úr töku lyfjanna með því að minnka skammta eða taka lyfin sjaldnar. Flestir eru búnir að jafna sig eftir 5-7 daga.

Umhirða nefs

Ef sett eru tróð í nefið er annað hvort um að ræða tróð sem eyðast af sjálfu sér eða tróð sem þarf að fjarlægja í endurkomutíma hjá lækni. Nefið getur þrútnað svoltið eftir aðgerðina. Gott er að hafa hátt undir höfði þegar legið er út af, til að draga úr þrotanum.

Eðlilegt er að blæði aðeins úr nefinu fyrstu dagana eftir aðgerð. Forðast ber að snyta sér fyrstu tvær vikurnar eftir aðgerð.

Ef steranefúði hefur verið notaður fyrir aðgerð þarf yfirleitt að halda þeirri meðferð áfram frá og með fyrsta degi eftir aðgerð.

Eftir aðgerð myndast yfirleitt skánir í nefi sem þarf að hreinsa burt svo sár í nefi grói sem best. Mælt er með að skola nefið með volgu saltvatni 3-4 sinnum á dag frá fyrsta degi eftir aðgerð fram að endurkomutíma. Kaupa má tilbúið saltvatn en einnig er hægt að blanda sjálfur 1 tsk af jodlausu salti í 0,5 L af vatni og nota sérstaka sprautu eða könnu til að skola sem fást í apótekum og heilsuvörueverslunum. Einnig má nota nefolíu til að mýkja þessar skánir ef þær eru harðar.

Mataræði

Borða má eins og áður en ráðlagt er að forðast heita drykki fyrstu tvo dagana eftir aðgerð meðan hætta er á blæðingu úr nefi.

Hreyfing

Forðast þarf áreynslu í tvær vikur eftir aðgerð (eða samkvæmt fyrirmælum læknis) og varast að rembast eða lyfta þungu. Forðast þarf heit böð og gufu fyrstu dagana eftir aðgerð. Ekki er ráðlagt að stunda æfingar eða íþróttir í a.m.k. þrjár vikur eftir aðgerð.

Vinna

Hafa þarf samráð við lækni um það hvenær má byrja að vinna aftur, en það fer eftir eðli starfs og líðan. Hægt er að fá veikindavottorð í endurkomutíma.

Kostnaður

Greidda þarf fyrir aðgerð á dagdeild. Verð er samkvæmt gjaldskrá Landspítala.

Hafa þarf samband við dagdeildina ef eftirfarandi hættumerki koma fram fyrstu tvær vikurnar eftir aðgerð:

- Hiti er hærri en 38,5°C
- Verkur er í eða kringum nef eða auga og minnkar ekki við töku verkjalyfja
- Viðvarandi blæðing er frá nefi
- Ógleði eða uppköst eru viðvarandi

Í bráðatilfellum er ráðlagt að leita á bráðamóttöku eða hringja í 112

Símanúmer

Dagdeild skurðlækninga A5	543 7570
Göngudeild skurðlækninga B3	543 7390
Skriptiborð Landspítala er opið allan sólarhringinn	543 1000

Sjúklingum og aðstandendum er velkomið að hringja á deildina ef spurningar vakna.