



INFORMASJON TIL DEG SOM HAR FÅTT UTFØRT
NASEOPERASJON

Heftet er laga i samarbeid med Kirurgisk serviceklinikk

OPERASJONSDAGEN

LOKALBEDØVING/SMERTER

- Når du får lokalbedøving før operasjon, vil litt bedøvingsvæske renne ned i svelget. Dette gjer at du kan føle deg tett i halsen og at du lettare svelger vrangt.
- ØNH-legen skriv ut ein resept til deg på smertestillande som pårørande kan hente på apoteket før heimreise.
- Ved bruk av Paralgin forte / Pinex forte kan du ikkje køyre bil eller drikke alkohol.

BLØDING

- Alle som er operert skal ha følgje heim og ha nokon heime hjå seg til neste dag.
- Det er normalt at det siv litt blod frå nasen det første døgnet. Du får difor ein kompress plastra under nasen.
- Ved mykje blodsiving kan du sjølv kjøle ned området ved å suge på ein isbit eller leggje ein ispose over nasen. Ta av og på med 5 minutts intervall for å unngå forfrysning.
- **Dersom det siv/renn mykje blod frå nasen skal du kontakte vakthavande ØNH-lege.**

VAKTHAVANDE
ØNH-LEGE
55 97 50 00.



MAT OG DRIKKE

Ei stund etter operasjonen kan du prøve å drikke litt vatn for å kontrollere svelgrefleksen. Du kan byrje å ete etter to timar. Vi anbefalar då is og yoghurt. Brødskiver må vere utan skorper og all mat skal vere kald fyrste dag.

DEI NESTE DAGANE

SMERTER

Det er vanleg med smerter etter naseoperasjon (spesielt så lenge tampongane er på plass).

Ta smertestillande slik legen har anbefalt.

Om føreskrivne medikament ikkje gir nok smertelindring, ta kontakt med vakthavande ØNH-lege.

TAMPONGAR

- Alle som har tampongar skal fjerne desse innan få dagar. Det blir vanlegvis avtalt når du skal tilbake til sjukehuset for dette før heimreise.
- Tampongen kan gi auka tåreflod og raudfarge på det kvite i auget.
- Unngå vatn i ansiktet då det brune plasteret som held tampongen på plass, kan losne.
- Det blir lettare å puste om du ligg med ei ekstra pute under hovudet når du skal sove.
- **Om tampongen losnar, ta kontakt med vakthavande ØNH-lege.**

BLØDNING

- Så lenge du er sjukmeldt skal du unngå arbeid og påkjenningar som aukar blodtrykket. Idrett skal du unngå i tre veker.
- Vi anbefalar at du ikkje røyker dei to første månadene etter operasjonen.
- Dersom det siv blod, du har fått ein hevelse over nasen eller eit blått auge, kan du sjølv leggje på ein ispose. Husk å ta den av og på for å hindre forfrysning. **Ta deretter kontakt med vakthavande ØNH-lege for vidare vurdering.**



FEBER

- Det er normalt å føle seg sjuk/slapp nokre dagar.
- Bruk smertestillande som legen har gitt resept på.
- **Om du får høg feber (over 38,5° C) eller teiknpå infeksjon i nasen, ta kontakt med vakthavande ØNH-lege.**

NASESKYLJING

ØNH-legen gir beskjed når naseskyljinga skal starte, oftast så snart tampongane er fjerna. Er du i tvil, spør legen som opererte deg.

- Kok opp 1 liter vatn med ei matskei salt og rør om.
- Fyll litt av det avkjølte vatnet (romtemperert eller kaldare) i ei lita skål.
- Bøy deg fram over vasken, klem av for det eine naseboret med ein finger, ”trekk” eller ”snus” saltvatnet opp i det andre naseboret og blås ut igjen.
- Spytt ut saltvatnet om du får noko i munnen.
- Gjenta skyljinga 2-3 gongar i kvart nasebor.

Ein liten gummiballong med spiss tut fylt med saltvatn kan du også bruke. Den kan du kjøpe på apoteket. Du må skylje gummiballongen i kokande vatn dagleg, men ikkje la den bli liggjande i vatnet.

Oppløving av tett nase er vanleg etter operasjonen.

Kontakt ØNH-lege dersom eit av nasebora er tett og du ikkje får skylt.

Skorper og blodrestar i nasen som ikkje blir skylt ut, kan danne grobotn for bakteriar. Kok nytt skyljevatt dagleg og oppbevar det under lokk i kjøleskap.

Det er svært viktig for eit godt resultat at skyljinga blir gjennomført minst to gonger dagleg i 14 dagar, eller som anvist av ØNH-legen.