

ΙΩΑΝΝΗΣ Ι. ΔΙΑΜΑΝΤΟΠΟΥΛΟΣ, M.D., D.An.Med.,
ΧΕΙΡΟΥΡΓΟΣ ΩΤΟΡΙΝΟΛΑΡΥΓΓΟΛΟΓΟΣ
Διευθυντής Ω.Ρ.Λ. Κλινικής
251 Γενικού Νοσοκομείου Πολεμικής Αεροπορίας
Μετεκπαίδευση επί διετία στην Ενδοσκοπική Χειρουργική Παραρρινίων Κόλπων

Διεύθυνση Ιατρείου:
Α. Πόρτο Ράφτη 235,
190 03 Πόρτο Ράφτη,
Αθήνα GR-115 25,

Λέγεται: καθημερινά 6-9 μ.μ.
Tel.: (01) 746 3960 (Ν/μείου)
Τηλ/Fax: (0299) 86 331 (Ιατρείου)
E-mail: ioa155@gmail.com

ΟΔΗΓΙΕΣ ΑΣΘΕΝΟΥΣ
ΜΕΤΑ ΑΠΟ ΕΓΧΕΙΡΗΣΗ ΔΙΑΦΡΑΓΜΑΤΟΣ

ΑΜΕΣΑ ΜΕΤΑ ΤΟ ΧΕΙΡΟΥΡΓΕΙΟ

Η εγχείρηση έχει τελειώσει με επιτυχία.

Στη μύτη σας έχουν τοποθετηθεί **ενδορρινικά ράμματα** τα οποία δεν τα νοιώθετε, είναι αυτοαπορροφούμενα (που σημαίνει ότι θα πέσουν από μόνα τους).

Αν και δεν το νοιώθετε, εσωτερικά στη μύτη έχουν τοποθετηθεί **δύο σωληνάκια σιλικόνης**, που διαθέτουν εσωτερικό αυλό μέσα από τον οποίο μπορείτε να αναπνέετε. Για να μη τα καταπιείτε στον ύπνο σας, τα έχουμε δέσει με το λεπτό ραμματάκι που φαίνεται να κρέμεται έξω από τη μύτη.

Θα αφαιρεθούν αύριο χωρίς ιδιαίτερη ενόχληση (περίπου 24 ώρες μετά το χ/γείο).

Επίσης έξω απο τη μύτη υπάρχει ένα γαζάκι, που προορίζεται να μαζεύει το αίμα και τις εκκρίσεις της μύτης μετεγχειρητικά, για να μη σκουπίζετε τη μύτη σας μόνοι σας και έτσι την πληγώνετε (όπως συμβαίνει όταν «τρέχει» από κρύωμα).

Μόλις γεμίσει απο υγρά το αλλάζετε μόνοι σας (ζητείστε ένα ρολό ταινίας και γαζάκια για αλλαγή, αν δεν σας έχουν ήδη δώσει οι νοσηλεύτές).

Σε 2-3 ημέρες που θα πάψει η μύτη να τρέχει, δεν θα σας χρειάζονται πλέον.

Το αίμα στις εκκρίσεις της μύτης συχνά σχηματίζει μέσα της ξερούς θρόμβους (καυκαλάκια ξερά μαύρα), που ενδέχεται να βουλώσουν τα σωληνάκια σας και να σας δυσκολέψουν στην ανάσα.

Για το λόγο αυτό σας δίνουμε αμπούλες (10ml) με φυσιολογικό ορό για να στάζετε με προσοχή μέσα στη μύτη και να την ξεβουλώνετε ρουφώντας προς τα μέσα και φτύνοντας τα «κακκαδάκια» απο το στόμα.

Ακόμα και αν βουλώσουν τελείως τα σωληνάκια, μην απελπίζεστε: ο ρόλος τους δεν είναι μόνο για ανάσα αλλά κυρίως να πιέζουν τη μύτη για αιμόσταση.

Θυμηθείτε ότι αν υπάρξει αιμορραγία όταν θα πάτε στο σπíti, ένα παγάκι πάνω στη μύτη συνήθως αρκεί για να σταματήσει.

Για μία μέρα περίπου θα νοιώθετε ένα «κόμπο» στο λαιμό, λόγω της ενδοτραχειακής αναισθησίας. Η καλύτερη αντιμετώπιση είναι να το αγνοήσετε, θα περάσει απο μόνο του.

Μετά την έξοδο απο την Κλινική το δείπνο σας θα είναι μία ελαφριά σούπα. Μην επιβαρύνετε το πεπτικό σας λόγω του κινδύνου έμετου (νάρκωση, άγχος χ/γείου, κτλ). Δεν κινδυνεύει το αποτέλεσμα της επεμβασης, απλά είναι δυσάρεστο για σας.

1. ΕΙΣΠΝΕΟΥΜΕ ΑΠΟ ΤΗ ΜΥΤΗ και εκπνέουμε απο το στόμα.

Μη φυσάτε την μύτη σας. Επιτρέπεται και ωφελεί το φύσημα μόνο μετά τη 10^η ημέρα.. Το φύσημα προκαλεί/παρατείνει την μετεγχειρητική αιμορραγία και το πρήξιμο στη μύτη. Σκουπίστε τη μύτη απαλά με χαρτομάντηλο, εάν χρειάζεται. Ειδικά μετά την αφαίρεση των σωληνίσκων της μύτης, θα υπάρχει πάντα μετεγχειρητικό μπούκωμα, που θα υποχωρήσει σταδιακά με τη βοήθεια της ρινικής αλοιφής σας.

2. Αλλάξτε το γαζάκι που είναι κάτω από την μύτη σας όταν ματώνει. Στο σπίτι φυσικά δεν είναι απαραίτητο, μπορεί να μένει ελεύθερη η μύτη.

3. Αποφύγετε φαγητά που χρειάζονται πολύ μάσημα. Κατά τα άλλα δεν έχετε κανένα περιορισμό στην διατροφή σας, μετά το πρώτο 24ωρο.

4. Αποφύγετε έντονη σωματική άσκηση. Ξεκουραστείτε περισσότερο απ' ότι ξεκουράζεστε συνήθως και αποφύγετε την άσκηση συμπεριλαμβανομένων και των αθλητικών δραστηριοτήτων (ΟΧΙ Γυμναστήριο τουλάχιστον για μία εβδομάδα).

5. Βουρτσίστε απαλά τα δόντια σας με μαλακή οδοντόβουρτσα. Αποφύγετε πολλές επαφές με το άνω χείλος. Ενδέχεται να υπάρχει ένας βύθιος πόνος στην άνω γνάθο, που θα περάσει σταδιακά, σαν παλιό χτύπημα.

6. Αποφύγετε τις παρατεταμένες συνομιλίες από το τηλέφωνο και τις πολλές κοινωνικές δραστηριότητες για μία εβδομάδα.

7. Φορέστε ρούχα τα οποία κουμπώνουν από μπροστά ή από πίσω για 1 εβδομάδα. Αποφύγετε τα ρούχα που φοριούνται από το κεφάλι όπως μπλούζες, T-shirts, φανέλλες κλπ

8. Απαγορεύεται οπωσδήποτε η έκθεση στον ήλιο, ηλιοθεραπεία ή solarium για μία βδομάδα μετά το χειρουργείο. Η ζέστη μπορεί να προκαλέσει πρήξιμο στην μύτη. Το ίδιο μπορεί να κάνει η έκθεση σε τσιγάρα, καπνούς ή σκόνη οικοδομών (γενικά επιβαρυνμένο με ρύπους/αλλεργιογόνα περιβάλλον).

9. Μην παίρνετε μικρά παιδιά στην αγκαλιά σας. Κίνδυνος τραυματισμού σας!



10. Πάρτε μόνο τα φάρμακα που σας δόθηκαν (και φυσικά τυχόν χρόνιες θεραπείες π.χ. φάρμακα θυροειδή, σακχάρου κτλ). Φανταστείτε ότι μέσα στη μύτη υπάρχει μία μεγάλη πληγή. Αυτή θέλει καθάρισμα με ορούς (σταγόνες στη μύτη) και μετά επάλειψη με τη ρινική αλοιφή. Κάθε φορά το ενοχλητικό μπούκωμα της μύτης θέλει αλοιφή, όπως σας έδειξε ο χειρουργός σας.

11. ΤΗΡΗΣΤΕ ΣΧΟΛΑΣΤΙΚΑ ΤΙΣ ΕΠΑΝΕΞΕΤΑΣΕΙΣ που σας προγραμμάτισε ο γιατρός σας. Είναι για την δική σας ανακούφιση, παρακολούθηση και ταχύτερη ανάρρωση.

12. ΜΗ ΔΙΑΚΙΝΔΥΝΕΥΕΤΕ. Εάν ανησυχείτε για κάτι, οτιδήποτε θεωρείτε σημαντικό, τηλεφωνείτε μας.

Καλή ανάρρωση .