Til deg som skal operere neseskilleveggen

Dette er et informasjonsskriv til deg som skal operere neseskilleveggen, om selve operasjonen og om hvordan du skal forholde deg i tiden etter operasjonen.

De fleste mennesker har en mer eller mindre skjev neseskillevegg. Dette er helt normalt og uproblematisk. Hos noen er derimot forskyvingen så stor at pustefunksjonen gjennom nesen ikke fungerer optimalt. Årsaken til skjev neseskillevegg kan være medfødt eller komme som følge av et traume/slag mot nesen allerede i tidlig barndom.

Vevet i ansiktet og nesen endrer seg med alder. Som følge av dette kan pasienter som har passert 40 år merke økt nesetetthet. En tidligere ubetydelig forskyving av neseskilleveggen kan dermed bli mer problematisk med årene.

Et typisk symptom på skjev neseskillevegg er nesetetthet (ensidig eller på begge sider). Andre symptomer kan være hodepine, bihuleinfeksjon, snorking og nedsatt luktesans.

Diagnostisering gjøres ved en grundig undersøkelse av nesen, gjerne med en spesiell type kikkert (skop). I noen tilfeller kan testing av gjennomstrømming eller volumet i nesen også være nyttige undersøkelser. Det er som regel ikke nødvendig å ta røntgenbilder.

Operasjon på neseskilleveggen gjennomføres som oftest i narkose, men kan også gjøres med lokalbedøvelse. Inngrepet utføres enten dagkirurgisk eller som inneliggende, vanligvis 1 døgn.

I forkant av inngrepet må det avklares om du har andre sykdommer eller om du bruker medisiner som kan ha betydning for operasjonen eller narkosen. Særlig er det viktig å vurdere blodfortynnende medikamenter. Dette må avklares før operasjonsdagen, enten med din ØNH lege, ØNH poliklinikk eller din fastlege.

**Operasjonsdagen**

Dusj med hårvask hjemme, eventuelt kvelden før.

Til deg som skal reise hjem samme dag

Du møter fastende på Dagkirurgi Østtil avtalt tid. Her møter du personell som tar imot deg og gir deg videre informasjon. Du vil også bli undersøkt av lege og orientert om inngrepet før operasjonen. Du får utdelt sykehusklær og vi har låsbare skap til dine personlige eiendeler.

Vær forberedt på at det kan bli noe venting før det er klart til operasjon.

Til deg som skal være inneliggende

Blodprøver tas innen 14 dager før operasjonen.

Du møter fastende på sengepost 2AB Øre-Nese-Hals til avtalt tid. Her møter du personell som tar imot deg og gir deg videre informasjon. Du får utdelt sykehusklær og vi har låsbare skap til dine personlige eiendeler.

Vær forberedt på at det kan bli noe venting før det er klart til operasjon.

**Om operasjonen**

Operasjonen foregår gjennom neseborene. Her korrigeres både brusk og bein på neseskilleveggen slik at det blir tilstrekkelig plass på begge sider. Avslutningsvis støttes skilleveggen opp med plater. Som oftest brukes Silastic plater (et mykt og gummiaktig materiale) som sys fast på innsiden av nesen. Platene gror ikke fast og fjernes ukomplisert ca. 1 uke etter operasjonen. I tillegg legges det inn tamponade i begge nesebor for å stanse eventuelle blødninger og gi ytterligere støtte. Det brukes tamponader som vil løse seg opp og komme ut som slim etter noen dager, eller det brukes en noe kraftigere tamponade som fjernes etter 1-2 dager. I enkelte tilfeller trenger man hverken plater eller tamponader og kan oppnå stabile forhold kun med noen sting som settes inn i nesen.

**Etter operasjonen**

Til deg som skal reise hjem samme dag

Etter operasjonen må du observeres minimum 1 time. En lege undersøker deg før hjemreise.

Du må ha følge hjem, ikke kjøre bil selv og ikke være alene den første kvelden og natten etter operasjonen.

Til deg som skal være inneliggende

Du overnatter på sengepost 2AB eller på pasienthotellet.

Ved overnatting på pasienthotellet observeres du minimum 1 time før du kan sjekke inn. Du kan ikke være alene den første kvelden og natten etter operasjonen, og må derfor ha en voksen pårørende (over 18 år) med deg på hotellrommet. Hotelloppholdet for pasient og en pårørende blir dekket av SUS.

Neste dag møter du på 2AB ca. kl. 09:00 til en utskrivingssamtale med lege.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Saltvannsskylling av nesen

Det er viktig å skylle nesen godt med saltvann allerede fra dagen etter operasjonen eller etter at eventuelle tamponader er fjernet. Du kan kjøpe ferdig utblandet saltvann på apoteket eller lage dette selv. Kok opp 1 liter vann og tilsett 1 spiseskje salt. Saltvannet skal ha kroppstemperatur ved bruk. Det anbefales skylling 3–4 ganger daglig fram til første etterkontroll eller i minimum 2 uker. Du kan bruke sprøyte eller nesehorn.

Sykemelding

De fleste får sykemelding i 7-10 dager, men dette kan variere etter inngrepets art og hvilken type jobb du skal tilbake til.

Kontroll/oppfølging

* Kontroll etter 1-2 dager for å fjerne tamponader i nesen ved ØNH poliklinikk
* Kontroll etter 7-10 dager for å fjerne plater i nesen
* Ytterligere kontroller avtales eventuelt med behandlende lege

NB! Dersom du er henvist til operasjon av privat Øre-Nese-Hals spesialist, skal kontrollene foregå hos denne. Du må selv ta kontakt for å bestille time.

Trening/aktivitet

Du bør ikke trene eller utføre noen form for kontaktidrett/ballspill de første 2 ukene etter operasjonen. Unngå også tunge løft og å bøye hodet for langt ned. Etter 2 uker kan du starte forsiktig og øke treningen gradvis. Det beste er å begynne med utholdenhetstrening og deretter øke forsiktig med styrketrening.

Dusj/bad

Dagen etter operasjonen kan du dusje fra halsen og ned, men du bør vente med hårvask ytterligere en dag. Det er viktig å ikke bruke for varmt vann da dette kan øke blødningsfaren.

Bruk av nesespray

En del pasienter bruker regelmessig nesespray som for eksempel Nasonex, Avamys, Rhinokort eller Fluitide nasal. Du kan vente 7 dager etter operasjonen før du bruker nesespray igjen da det er hevelse, skorper og gammelt blod i nesen den første tiden etter operasjonen.

Når kan du snyte deg?

Du bør ikke snyte deg de første 10 dagene etter operasjonen. Ved snyting/blåsing oppstår det et forholdsvis høyt trykk i nesen og dette kan fremprovosere blødninger og er ugunstig i tilhelingsprossessen. Det er derimot helt ok å trekke innover.

Generelt kan du føle deg litt tettere i nesen de første dagene etter operasjonen fordi slimhinnene reagerer med hevelse etter kirurgi. Når platene fjernes etter ca. 1 uke vil nesen som regel kjennes åpen.

Unngå varm mat og drikke i 2 dager etter operasjonen på grunn av blødningsfare. Det er ikke uvanlig med noe siving av blodtilblandet sårvæske de første 2 dagene etter operasjonen, men ta kontakt dersom det blør kontinuerlig eller i store mengder. Ta også kontakt ved tegn på infeksjon som feber, smerte eller nedsatt allmenntilstand.

Sjeldne komplikasjoner

Noen ganger kan det oppstå arrdannelser etter operasjonen, men disse kan fjernes i lokalbedøvelse. Enkelte pasienter kan også oppleve lett sensibilitetsforstyrrelse i øvre tannrekke og gane den første tiden etter operasjonen. I noen sjeldne tilfeller kan det oppstå hull på neseskilleveggen. Det kan da bli nødvendig med ny operasjon dersom dette fører til plager i form av nesetetthet, skorpedannelse, blødning eller en spesiell lyd ved pusting. I andre sjeldne tilfeller kan det utvikles hud-, bløtvevs- og nerveskader og tørre slimhinner med skorpedannelse. Forandring av ytre nese med senkning av neseryggen (såkalt sadelnese) og forskyvning av brusken på neseskilleveggen kan også forekomme. Dette kan gi nye symptomer og kan kreve ny operasjon.

Kontaktinformasjon:

ØNH poliklinikk tlf. 51 51 83 70 (dagtid) eller ØNH sengepost 51 51 87 71/904 18 877 (kveld/natt/helg).

Med vennlig hilsen personalet ved ØNH avdelingen