Nazorg neusoperatie

Begrijpelijke voorlichting met animatievideo's
Dit is de papieren versie van digitale voorlichting met animatievideo's.
Scan de QR-code met de camera van een telefoon, klik op de link en bekijk de voorlichting.

Inleiding

Nazorg na een neusoperatie



U heeft een neusoperatie gehad. Voor een goede genezing is het belangrijk dat u zich houdt aan een aantal leefregels. Zo is het belangrijk dat u de dag na de operatie de tampons verwijdert. Daarna start u met het spoelen van uw neus met een zoutoplossing.

Het verwijderen van neustampons

Na het neusoperatie worden aan beide kanten van de neus neustampons ingebracht. De **dag na de operatie** moet u zelf de tampons uit uw neus verwijderen. In onderstaande instructievideo ziet u hoe u dit het beste kunt doen.

Het verwijderen van neustampons

Animatievideo
Deze tekst hoort bij een animatievideo. Scan de QR-code met de camera van een telefoon, klik op de link en bekijk de video.

Uitgesproken tekst van de video
Na een neusoperatie krijgt u tampons in uw neus.

Deze tampons moeten het bloeden van de wondjes in de neus stoppen en geven steun aan de neus.
De tampons moet u zelf de volgende dag verwijderen.
Doe dit zittend bij een wastafel.
Voordat u uw neustampons één voor één verwijderd, wast u eerst uw handen.
Vervolgens maakt u de touwtjes van de tampons los.
Langzaam trekt u de tampons uit uw neus.
Dit kan vervelend en pijnlijk zijn.
Na het verwijderen van de tampons kan uw neus nog wat nabloeden.

Het verwijderen van de neustampons kan eventueel ook terwijl u op bed ligt.

Houd uw ogen open



Houd tijdens het verwijderen van de tampons uw ogen open. Dit is belangrijk om druk op uw neus te voorkomen.

Nabloeden na het verwijderen van de tampons



Na het verwijderen van de tampon(s) kan de neus nog wat nabloeden. Dit moet na zo'n 15 minuten over zijn. Als het bloeden niet stopt, moet u contact opnemen met de polikliniek (overdag) of met de spoedeisende hulp (in het weekend of buiten werktijden).

Het spoelen van de neus

Na de operatie is het belangrijk dat u uw neus spoelt met een zoutoplossing. Spoelen met zout water reinigt het slijmvlies en voert overtollig slijm, korsten en/of pus, af. Door regelmatig de neus schoon te

maken, verkleint u de kans op een infectie. Ook bevordert u hiermee het herstel. Het spoelen zorgt er voor dat u vrijer kunt ademhalen.

In onderstaande instructievideo ziet u hoe u dit spoelen het beste kunt doen. U kunt dit het beste zittend boven een wasbak doen.

Het spoelen van de neus

Animatievideo

Deze tekst hoort bij een animatievideo. Scan de QR-code met de camera van een telefoon, klik op de link en bekijk de video.

Uitgesproken tekst van de video

Voor het herstel van uw neus en de wondjes in uw neus is het belangrijk dat u de neus goed schoon houdt.
Dat doet u door de neus te spoelen.
Het spoelen van uw neus doet u met zout water.
U mengt daarvoor in een kommetje lauwwarm water met één mespuntje keukenzout.
U roert daarin totdat het zout is opgelost.
Daarna giet u het spoelwater in de palm van uw hand.
Voorzichtig houdt u één neusgat dicht.
Steek uw neus in uw hand en snuif het spoelwater diep op.
Het spoelwater zorgt ervoor dat de wondjes in uw neus beter genezen.
Het water spuugt u daarna uit.
Daarna spoelt u uw andere neusgat.

Hoe lang en hoe vaak moet gespoeld worden?



U start met het spoelen van de neus op de dag dat u de tampon(s) heeft verwijderd. U spoelt uw neus 3 keer per dag.

De eerste week na de operatie spoelt u dagelijks drie keer. Daarna mag u afbouwen tot er geen korstjes en bloed meer uitkomen bij het spoelen.

Nazorg

Leefregels



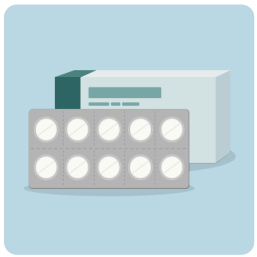
- Het is verstandig om de eerste twee weken na de operatie de neus niet te snuiten. U mag uw neus wel ophalen.
- Is bij u ook de buitenkant van de neus geopereerd? Dan mag u een paar weken geen druk op de neus uitoefenen. Dit betekent dat u moet oppassen bij zwaar tillen en sporten, vooral contactsporten als balspelen en verdedigingssporten. Daarnaast moet u het risico vermijden dat u de neus stoot. Draag geen (zonne)bril.
- De eerste twee weken mag u douchen, maar niet te lang en niet te warm. Als u een kapje heeft, moet deze droog blijven.
- Als u moet niezen is het verstandig om uw mond open te doen. Door uw mond te openen ontstaat er zo min mogelijk druk op de neus.

Kans op zwellingen



Als u een uitwendige neuscorrectie heeft gehad, kunnen uw gezicht en oogleden opzwellen en blauw worden. Dit gebeurt meestal alleen als de buitenkant van de neus is geopereerd. Dit is het gevolg van onderhuidse bloeduitstortingen (blauwe plekken). Dit verdwijnt binnen enkele weken.

Pijn na de operatie



Meestal heeft u na de operatie weinig pijn. Als u toch pijn heeft kunt u paracetamol gebruiken.

Wanneer moet ik contact opnemen?

Bij de volgende klachten moet u contact opnemen:



- Als er sprake is van een nabloeding. Dat er bloed uit de neus komt na de operatie is normaal. Als er bloed uit de neus loopt/stroomt en dit niet binnen 15 minuten stopt, is er sprake van een nabloeding;
- Als er sprake is van acute benauwdheid, koorts (hoger dan 38°C), hoofdpijn of hevige zwelling;
- Als het spoelen niet lukt omdat uw neus dichtzit;
- Als u slechter ziet;
- Als u veel pijn heeft.

Op werkdagen belt u de polikliniek. In de avond of in het weekend kunt u contact opnemen met de spoedeisende hulp.