

## Endoskopisk operation av näsans bihålor, FESS

### Varför görs en FESS-operation?

Med operation av näsans bihålor (FESS) kan man behandla

- återkommande och långvariga bihåleinflammationer
- näspolyper

### FESS-operation

- utförs under bedövning eller narkos
- utförs via näsborrarna med ett endoskop
- omfattar utvidgandet av de naturliga ventilationsöppningarna av näsans bihålor
- det sätts självupplösande tamponadmaterial i operationsområdet för att förhindra ärrbildning och blödning

### Efter åtgärden

Det kan förekomma näsblödning ett par dagar efter åtgärden. För att förhindra blödningen är det viktigt att undvika ansträngningar och andra aktiviteter som höjer blodtrycket såsom bastubad och alkohol under hela sjukledigheten. Om man förtär het eller varm mat och dryck ökar blodcirkulationen i näsans slemhinnor och risken för efterblödningar ökar. En ispåse som lagts på nacken dämpar blödningen liksom om man lägger sig på sidan. Om blödningen inte upphör på de här sätten hemma, kontakta det sjukhus som utfört åtgärden. På åtgärdsdagen ska maten och drycker vara kalla.

En liten temperaturstegring efter operationen hör till det normala tillfrisknandet. En feber som stiger till över 38 grader eller som fortsätter flera dagar kräver läkarbehandling. Näsområdet kan kännas ömt men smärtan är sällan kraftig. Receptfria smärtstillande mediciner räcker vanligen. Näsans slemhinnor ska fuktas med oljebaserade näsdroppar (till exempel A-vita droppar) genast dagen efter operationen ända till efterkontrollen.

På grund av slemhinnesvullnaden och möjliga resorberbara material är näsan täppt under de första veckorna. Det är förbjudet att snyta sig för en vecka för att förhindra efterblödningen och för att nästamponader inte avlägsnar sig för tidigt. Sjukledigheten är i allmänhet 1–2 veckor.

### Nässköljning efter FESS-operation

Eftervården är mycket viktig. Inom en vecka efter operationen ska man börja nässköljningar med koksaltlösning. Syftet med sköljningarna är att rengöra slemmet som samlas i

näsmusslorna och bihålorna och förhindra att det bildas arrvävnad i det opererade området. Eftervården förminskar även risken för infektion.

Skölj näsan dagligen med en nässköljningskanna som kan köpas på apoteket. I början bildas det mycket sekret på slemhinnorna i det opererade området. Så småningom minskar mängden av sekret men det är viktigt att skölja näsan regelbundet ända till efterkontrollen (om man inte kommer överens om någonting annat).

Den bästa sköljningslösningen är fysiologisk koksaltlösning eftersom den irriterar slemhinnorna minst. Lösningen (natriumklorid 9 mg/ml) kan köpas på apoteket men man kan göra den också själv genom att blanda en matsked havssalt med en liter kokt vatten. Lösningen ska svalna före användningen. Man borde använda 3 liter lösningen om dygnet.

När du sköljer näsan ska du sitta med huvudet framåtlutat. När du håller lösningen in i näsan i denna ställning går den in i bihålorna. Vattnet rinner ut ur näsborren av sig själv och har med sig sekret som samlats i näsan och bihålorna.

Till slut töm näsan genom att snuva dig kraftigt. Du kan fukta näsans slemhinnor med oljebaserade näsdroppar före och efter sköljningen. Dessa näsdroppar kan köpas receptfritt på apoteket.

## **Eventuella problem**

Om något av nedanstående problem uppstår, kontakta det sjukhus som utfört åtgärden:

- kraftig blödning ur näsa eller svalget
- feber stiger till över 38 grader
- tilltagande smärta eller svullnad i mitten av ansiktet.