

Nenän sivuonteloiden tähystysleikkaus eli FESS

Miksi FESS-leikkaus tehdään?

Nenän sivuonteloiden leikkauksella eli FESS-leikkauksella voidaan hoitaa

- toistuvia ja pitkäaikaisia nenän sivuontelotulehduksia
- nenäpolyyppeja.

FESS-leikkaus

- tehdään puudutuksessa tai nukutuksessa
- tehdään sierainten kautta tähystintä käyttäen
- käsittää nenän sivuonteloiden avartamisen niiden luonnollisten ilmastoitusaukkojen osalta
- leikkausalueelle asetetaan itsestään sulavaa tamponaatiomateriaalia estämään arpikudosten muodostumista ja verenvuotoa.

Toimenpiteen jälkeen

Toimenpiteen jälkeen parina ensimmäisenä päivänä voi esiintyä nenäverenvuotoa. Vuodon ehkäisemiseksi on tärkeää, että vältät ponnisteluja ja muuta verenpainetta nostavaa toimintaa, kuten saunomista, alkoholin käyttöä koko sairasloman ajan. Kuumen tai lämpimän ruuan ja juoman nauttiminen lisää verenkiertoa nenän limakalvoilla ja suurentaa jälkiverenvuotoriskiä. Niskaan asetettu jääpussi ja makaaminen kylkiasennossa rauhoittavat verenvuotoa. Mikäli vuoto ei kotikonstein lakkaa, ota yhteyttä toimenpiteen tehneeseen sairaalaan.

Toimenpidepäivänä ravitsemuksen tulee olla viileää.

Normaaliin leikkauksesta toipumiseen kuuluu pieni lämpöily. Yli 38 asteen nouseva tai useita päiviä jatkuva kuume, vaatii lääkärin hoitoa. Nenän alueella voi tuntua aritusta, mutta kipu on harvoin voimakasta. Lääkkeeksi riittävät yleensä ilman reseptiä saatavat kipulääkkeet. Limakalvoja tulee kostuttaa öljymäisillä nenätippoilla (esim. A-Vita-tipat) heti leikkauksen jälkeisestä päivästä aina jälkitarkastukseen saakka.

Nenä on tukkoinen ensimmäisten viikkojen ajan johtuen leikkauksen aiheuttamasta nenän limakalvon turvotuksesta ja mahdollisista sulavista materiaaleista. Niistäminen on kiellettyä viikon ajan, verenvuodon ehkäisemiseksi ja etteivät nenätamponit poistuisi ennen aikaisesti. Sairasloma on yleensä 1-2 viikkoa FESS-leikkauksesta.

Huuhteluhoito FESS-leikkauksen jälkeen

Jälkihoito on erittäin tärkeää. Viikon sisällä leikkauksesta alkaa omatoiminen nenähuuhtelu suolavesiliuoksella. Huuhteluiden tarkoituksena on puhdistaa nenäkäytäviin ja sivuonteloihin kertyvä lima ja estää arpikudosmuodostusta leikkausalueella. Jälkihoito vähentää myös tulehduksen riskiä.

Huuhtele nenä päivittäin apteekista saatavalla nenähuuhtelukannulla esim. ”sarvikuonolla”. Alkuun eritteitä muodostuu leikkausalueen limakalvoilla runsaasti. Eritteen muodostuminen vähenee ajan mittaan, mutta huuhteluhoitoja on tärkeää tehdä säännöllisesti jälkitarkastukseen saakka, ellei toisin sovita.

Paras huuhteluneste on fysiologinen keittosuolaliuos, koska se ärsyttää vähiten limakalvoja. Liuosta saa ostaa valmiina apteekista (Natriumklorid 9 mg/ml), mutta sen voi valmistaa myös itse sekoittamalla yhden ruokalusikallisen merisuolaa litraan keitettyä vettä. Liuoksen pitää jäähtyä ennen käyttöä. Tätä liuosta tulisi kulua noin 3 litraa vuorokaudessa.

Nenähuuhtelun aikana sinun tulee istua pää kallistettuna etuviistoon. Kun nenään tässä asennossa kaadetaan huuhteluliuosta, se kulkeutuu poskionteloon. Vesi pääsee valumaan itsestään sierainaukosta ulos tuoden mukanaan nenään ja poskionteloon kertyneen eritteen.

Huuhtelun päätteeksi tyhjennä nenä voimakkaasti niistämällä. Kostuta nenän limakalvoja öljymäisillä nenätippoilla (A-Vita-tipat) ennen ja jälkeen huuhtelujen. Näitä öljymäisiä tippoja saat apteekista ilman reseptiä.

Mahdolliset ongelmat

Ota yhteyttä sinua leikanneeseen sairaalaan, mikäli:

- runsas verenvuoto nenästä tai nielusta
- kuume yli 38 astetta
- lisääntyvä kipu tai keskikasvoalueen turvotus.