Materiały edukacyjne – zalecenia pielęgniarskie dla pacjenta przy wypisie ze szpitala – *załącznik nr 95*

Zalecenia dla pacjenta po zabiegu repozycji kości nosa:

- oszczędzający tryb życia (przez okres 7 - 10 dni unikanie niewielkich wysiłków fizycznych),
- do miesiąca po zabiegu unikanie intensywnego wysiłku fizycznego (basen, siłownia),
- systematyczne przyjmowanie zleconych leków oraz zapuszczanie kropli do nosa,
- dbanie o drożność nosa - nawilżanie, płukanie nosa izotonicznym roztworem soli fizjologicznej (0,9 % NaCl) lub soli morskiej w aerozolu (m.in. preparaty: NasoDrill, Solik, Sterimar, Marimer, Disnemar) - już po kilku dniach od operacji należy przepłukiwać jamę nosa i zatoki celem ich oczyszczenia z zalegającej wydzieliny oraz skrzepów,
- ze względu na suchość w przewodach nosowych i zaleganie skrzepów krwi zaleca się stosowanie tłustych maści lub preparatów natłuszczająco - nawilżających (np. Rinopanteina, Panterin, Nozoil, Apteo Care Nos Spray),
- unikanie infekcji górnych dróg oddechowych,
- ochrona nosa przed urazami mechanicznymi (nos po operacji jest szczególnie wrażliwy na urazy),
- noszenie unieruchomienia zewnętrznego przez okres zalecony przez lekarza operującego,
- zgłosić się do zdjęcia opatrunku unieruchamiającego w wyznaczonym przez lekarza terminie,
- przed upływem 3 tygodni od zabiegu niewskazane jest noszenie okularów,
- dbanie o właściwy mikroklimat pomieszczeń (unikanie zbyt suchych i gorących pomieszczeń, miejsc zakurzonych i zadymionych),
- unikanie ekspozycji na słońce i wysokie temperatury (np. sauna, solarium),
- zakaz spożywania gorących posiłków oraz picia gorących napojów i alkoholu - mogą one wywołać krwotok z nosa,
- zakaz zażywania gorących kąpieli,
- w przypadku wystąpienia krwawienia z nosa należy zastosować okład z lodu na kark i okolicę nosa,
- w razie wystąpienia podwyższonej temperatury ciała, silnego bólu głowy, krwawienia z jamy ustnej, krwotoku z nosa (który nie ustąpił po 10 - 15 min.) oraz wystąpienia innych niepokojących objawów konieczna jest konsultacja lekarska.

Przez kilka dni po zabiegu mogą występować wycieki śluzowo - krwistej wydzieliny z jam nosa.

Nos po operacji repozycji może być gorzej drożny , bolesny i obrzęknięty przez kilkanaście dni - jest to normalny przebieg gojenia. Lekka opuchlizna utrzymuje się nawet przez 6 miesięcy - dopiero po tym okresie będzie widoczny ostateczny kształt nosa (obrzęk najszybciej ustępuje na grzbiecie nosa, a najdłużej utrzymuje się na czubku).

Może wystąpić również obrzęk policzków, obrzęk oraz siniaki okolicy oczu, które mogą utrzymywać się przez kilka tygodni.

Bibliografia:

1. Dobrzyński P.: Urazy nosa i zatok przynosowych (w:) Krzeski A., Janczewski G. (red.): Choroby nosa i zatok przynosowych, Sanmedia, Warszawa 1997; 137-146.
2. Latkowski B.: Otorynolaryngologia kompendium, PZWL, Warszawa 2007.
3. Niemczyk K., Jurkiewicz D., Składzień J., Stankiewicz C., Szyfter W. (red.): Otorynolaryngologia Kliniczna, Medipage, Warszawa 2015.
4. Pfenninger J.L., Flower G.C., Kaszuba A., Procedury zabiegowe i diagnostyczne w dermatologii i medycynie estetycznej, Urban & Partner, Wrocław 2012.
5. Zalesska-Kręcicka M., Kręcicki T.: Zarys otolaryngologii, Akademia Medyczna we Wrocławiu 2008.