

NINAKÕRVALKOOBASTE OPERATSIOON (FESS)

Ninakõrvalkoopad (siinused) on näokoljus paiknevad limaskestaga kaetud õõnsused, mis on ühenduses ninaõõnega. Funktsionaalne ninakõrvalkoobaste endoskoopiline kirurgia (ingl k Functional Endoscopic Sinus Surgery - FESS) on meetod, mida kasutatakse ühe ravimeetodina.

Operatsioon tehakse üldnarkoosis, kestusega 30-40 minutit. Operatsioon teostatakse ninasõõrmete kaudu nõ endoskoopiliselt.

FESSi käigus puhastatakse ninakõrvalkoopad põletikulisest eritisest (mäda, lima) ja limaskesta vohanditest (granulatsioonid, polüübid) ning laiendatakse ninakõrvalkoobaste ühendusteid ninaõõnega. Operatsiooni eesmärgiks on Teie ninahingamise parandamine eemaldades ninakõrvalkoobastes paiknevad põletikulised muutused ja taastades nende õhutamise, luues seeläbi eeldused põletiku taandumiseks. Väga suurel määral sõltub operatsiooni tulemus operatsioonijärgse hoolduse kvaliteedist.

Operatsioonile eelneb kõrva-nina-kurguarsti vastuvõtt, kes hindab Teie tervisliku seisundit ning otsustab, kas operatsioon on näidustatud.

Vaevusest täpsemalt

Vahetult peale operatsiooni võib ninast esineda veritsust. Kerge kuni mõõdukas veritsus on normaalne. Juhul kui koos FESS operatsiooniga teostati operatsioonid ninakarbikutel või ninavaheseinal, võib veritsus olla ka suurem. Peale operatsiooni võib esineda pingepeavalu ja kerget kuni mõõdukat palavikku (tavaliselt alla 38°C). Valu ja palaviku leevendamiseks kasutage paratsetamooli (saadaval käsimüügis Vältima peaks teatud mittesteroidsete põletikuvastaste ravimite (aspiriin, ibuprofeen, diklofenak) võtmist, kuna need soodustavad veritsuse teket.

Kuidas valmistuda operatsiooniks

Kui operatsiooniaeg on planeeritud, lepitakse Teiega kokku ajad arsti poolt määratud analüüside ja uuringute teostamiseks.

Juhul kui Teie operatsioon toimub üldanesteesias, antakse Teile täitmiseks anestesioloogiline küsitlusleht, kuhu peate märkima võimalikult täpselt ja põhjalikult andmed oma tervisliku seisundi kohta:

- varem põetud ja praegused haigused;
- hiljuti kasutatud ja praegu kasutatavad ravimid;
- ülitundlikkuse ravimite suhtes;
- varasemad operatsioonid;
- harjumused (sportimine, suitsetamine, alkoholi tarvitamine jms).

Saadud info alusel hindab arst, kas anesteesia eelselt on Teile vajalik täiendav anestesioloogi vastuvõtt. Teavitage kindlasti anestesioloogi sellest, kui Teil on varem esinenud proleeme või tüsistusi seoses anesteesiaga.

NB! Kindlasti informeerige oma raviarsti juhul kui:

- tarvitate verd vedeldavaid ravimeid (Marevan, Plavix, Eliquis, Xarelto, Hjertemagnyl, Aspirin jms);
- Teil esineb ülitundlikkust ravimitele;
- esineb külmetushaigustele iseloomulikke sümptomeid.

Päevakirurgilist teenust osutab AS Medicum Tervishoiuteenused tegevusloa nr L07189 alusel partneri Ülemiste Kirurgiakliinik AS operatsiooniploki Sepise 7, Tallinn.

Kui Te mingil põhjusel ei saa kokkulepitud ajal operatsioonile tulla, teavitage meid palun esimesel võimalusel helistades telefoninumbri 605 0610 (E-R 8.00–17.30).

Operatsioonipäeval:

- enne operatsiooni ei tohi 6 tundi süüa ega 4 tundi juua. Kui olete hiljem söönud või joonud, võib mao sisu narkoosi ajal hingamisteedesse sattuda ja eluohtlikke tüsistusi põhjustada. Teie tervise huvides tuleb operatsioon sellisel juhul edasi lükata või ära jätta;

Enne operatsioonile minekut:

- riietuge Teile antavasse operatsiooniriietusse;
- võtke ära ja andke osakonnas õe kätte prillid või kontaktläätsed ning lahtised hambaproteesid;
- külastage vahetult enne operatsioonile minekut WC-d;
- võtke vajadusel operatsioonituppa kaasa kuuldeaparaat ja/või astmainhalaator(id).

Operatsioonijärgne periood

Narkoosijärgselt võib Teil esineda pearinglust ja iiveldust.

Esimestel operatsioonijärgsetel päevadel võite nina peale asetada külmageelikoti 10–15 minutiks 2–3x päevas (vähendab turset ja veritsust). Külmageelikott katke eelnevalt riidega, et vältida naha külmakahjustust.

Kehatemperatuuri vähenemine tõus on pärast operatsiooni normaalne. Kui temperatuur tõuseb üle 38 °C, tuleb võtta ühendust operatsiooni teinud arsti või osakonnaga või minna erakorralise meditsiini osakonda.

Nina puhastamiseks, hingamise leevendamiseks ja seesmist ninahaavade parandamiseks on oluline nina niisutamine. Selleks kasutage 2–3 nädala jooksul meresoolvett ning pehmendavaid ninasalve või -õlisid. Need on saadaval käsimüügis. Ninahooldust tehke seni, kuni nina on koorikutest ja sekreedist puhas.

Verejooksu ohu tõttu hoiduge kahe nädala jooksul:

- kuumadest söökidest ja jookidest;
- saunast, päevitamisest, solaariumist, taastusravi protseduuridest;
- tugevast füüsilisest pingutusest ja raskuste tõstmisest.

Verejooksu ohu tõttu järgige nädala jooksul järgmiseid soovitusi:

- nuusake nina ettevaatlikult, üks ninapool korraga;
- võtke võimalusel töövõimetusleht;
- tarvitage kõrgeenenud vererõhu korral arsti poolt määratud ravimeid.
- Operatsioonijärgne ninakinnisus hakkab vähenema 2–6 nädala jooksul.

Koju lubatakse üldjuhul samal päeval, kui raviarst ega anestesiooloog ei otsusta teisiti.

NB! Häiritud reaktsioonivõime tõttu ei tohi Te 24 tundi pärast anesteasiat juhtida autot ega töötada seadmetega. Ohutuks koju jõudmiseks kutsuge endale keegi järele.

Töövõimetusleht pikkus sõltub Teie tegevusalast, tööle võite naasta kohe, kui tunnete, et olete selleks valmis. Töövõimetusleht vormistatakse kuni kaheksaks haiguspäevaks, edasi pikendab lehte perearst.

Tervisliku seisukorra järsul halvenemisel pöörduge erakorralise meditsiini osakonda või kutsuge kiirabi.

Probleemide korral (veritsus, põletik, tugev valu, palavik üle 38 °C) võtke ühendust raviarstiga või pöörduge erakorralise meditsiini osakonda.

Kõrva-nina-kurguarsti järelkontroll on tavaliselt vajalik 10 päeva peale operatsiooni ja selleks broneeritakse Teile vastuvõtu aeg koos vajalike uuringutega.

ENNE**Operatsioonieelsel päeval ja öhtul:**

- sööge kergesti seeditavat toitu;
- jooge rohkelt vedelikku;
- ärge tarvitage alkoholi;
- manustage vähese veega ainult neid regulaarseid ravimeid, mis on eelnevalt arstiga kokku lepitud;
- varuge koju valuvaigisteid, antiseptikut ja haavasidet.

Operatsioonipäeva hommikul:

- võtke kliinikusse kaasa isikut tõendav dokument, anesteesia leht, operatsiooni informeeritud nõusoleku leht ja krooniliste haiguste ravimid;
- 6 tundi ei tohi süüa, närida nätsu ega suitsetada;
- 4 tundi ei tohi juua vett;
- hambaid pestes ärge neelake vett all;
- eemaldage kõik ehted;
- tulge operatsioonile taksoga või paluge end tuua;
- võtke kindlasti sussid kaasa!

PÄRAST operatsiooni:

- kutsuge enda koju viimiseks järele takso või lähedane;
- esimese kolme päeva jooksul peale operatsiooni peaks hoiduma füüsilisest koormusest, kuumaprotseduuridest, et ei tekiks veritsust.

Kahe nädala jooksul pärast operatsiooni ei ole lubatud:

- kuumad protseduurid (saun, vann, päevitamine), mis võivad soodustada veritsuse tekkimist;
- hammaste pesemine ja dušš on lubatud;
- pikemad auto- ja bussireisid ning lennukiga reisimine.