



# Nefsjáraðgerð

## Functional Endoscopic Sinus Surgery (FESS)

Aðgerðin er oftast gerð í svæfingu. Speglnunartæki er fært inn um nasirnar og varpar mynd á skjá. Skurðlæknirinn sér þannig vel í nefhol og nefskúta meðan á aðgerð stendur. Til að draga úr blæðingu eftir aðgerðina er oft sett tróð í nefið.

### Undirbúningur fyrir aðgerð

#### Náttúru- og fæðubótarefni

Ráðlagt er að hætta notkun allra náttúru- og fæðubótarefna tveimur vikum fyrir aðgerð þar sem þau geta aukið hættu á blæðingu í aðgerð og haft áhrif á verkun lyfja sem notuð eru við svæfingu. Óhætt er að taka áfram inn fjölvítamín og steinefni.

#### Blóðþynningarlyf

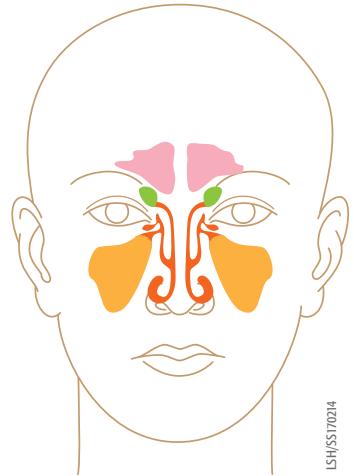
Ef breyta eða stöðva þarf blóðþynningarmedferð fyrir aðgerð er það gert í samráði við skurðlækni.

#### Símaviðtal vegna svæfingar

Svæfingahjúkrunarfræðingur hringir í sjúkling nokkrum dögum fyrir aðgerð til að kanna hvort eitthvað er í heilsufarssögu sem þarf að taka tillit til við fyrirhugaða svæfingu og veita tækifæri til að spyrja spurninga. Ef eitthvað er óljóst eða nánari rannsókna er þörf, er boðað í innskriftarviðtal á spítalanum fyrir aðgerðina.

Gott er að hafa lyfjalista við hendina, þar sem upplýsingar verða veittar í símtalinu um hvaða lyf má taka og hvaða lyf á ekki að taka fyrir aðgerðina, þar sem óæskilegt er að taka sum lyf fyrir svæfingu.

Ef vandamál hafa komið upp eftir fyrri svæfingar, til dæmis miklir verkir, ógleði eða uppköst, er mikilvægt að segja frá því.



LSH/SS170214

## Í símaviðtalinu verður spurt um:

- Fyrri reynslu af svæfingum
- Ofnæmi eða óþol fyrir lyfjum
- Hæð og þyngd
- Áfengisneyslu og reykingar
- Gervitennur og tannbrýr
- Heilsufar og sjúkdóma
- Lyfjanotkun, þar á meðal notkun náttúruylfja og fæðubótarefna

## Tóbaksnotkun

Reykingar, nef- og munntóbaksnotkun hafa áhrif á bata eftir skurðaðgerð og geta seinkað því að sár grói og aukið hættu á fylgikvillum aðgerðar. Því er mikilvægt að hætta tóbaksnotkun fyrir aðgerð og vera tóbakslaus í að lágmarki tvær vikur eftir aðgerð. Þeir sem nota tóbak eru hvattir til að hætta og geta fengið aðstoð hjúkrunarfræðings og eftirfylgni í 12 mánuði eftir aðgerð hjá: „Ráðgjöf í reykbindindi“. Starfsmaður spítalans hefur þá samband við ráðgjafarþjónustuna en eins má hringja í gjaldfrjálsa símanúmerið 800 6030. Einnig er bent á [www.reyklaus.is](http://www.reyklaus.is).

## Kvöldið fyrir aðgerð

### Fasta

Nauðsynlegt er að fasta fyrir aðgerð til að minnka hættu á fylgikvillum í tengslum við svæfingu. Löng fasta er þó ekki góð fyrir líkamann og fólk líður betur eftir aðgerð ef eftirfarandi leiðbeiningum er fylgt:

- Fá sér aukabita eða drykk áður en lagst er til svefns kvöldið fyrir aðgerð.
- Ekki má borða mat síðustu 6 klst. fyrir komu á spítalann.
- Óhætt er að drekka tæra drykki (1-2 glös í senn) þar til 2 klst. eru í komu á spítalann. Tær drykkur er t.d. vatn, tær ávaxtasafi og mjólkurlaust kaffi og te.
- Þegar á spítalann er komið veitir starfsfólk upplýsingar um hvort og hve lengi megi drekka fram að aðgerð.
- Ekki má nota tóbak síðustu 2 klst. fyrir aðgerð.

### Fylgd heim

Gera þarf ráð fyrir að fá fylgd heim, því ekki má aka bíl fyrr en daginn eftir svæfingu. Eins er ráðlegt að hafa einhvern hjá sér fyrstu nóttina eftir aðgerð til öryggis.

## Annar undirbúningur

Við innlögn á deild er gott að hafa með sér afþreyingarefni og heyrnartól fyrir útvarp og sjónvarp. Nota má farsíma en stilla þarf á hljóðlausa hringingu.

## Aðgerðardagur

### Sturta

Nauðsynlegt er að fara í sturtu áður en komið er á spítalann. Klæðast þarf hreinum fötum eftir sturtuna og ekki má nota svitalyktareyði, krem, andlitsfarða, ilmefni, naglalakk eða skartgrip.

### Mæting er á dagdeild A5 á 5. hæð Landspítala í Fossvogi, að morgni aðgerðardags.

Fyrir aðgerðina þarf að vera búíð að undirrita samþykki fyrir aðgerð og svæfingu. Óvæntar aðstæður geta valdið því að aðgerðartími breytist. Til að tryggja öryggi er endurtekið spurt um mikilvæg atriði svo sem nafn, kennitölu, ofnæmi, föstu og tegund aðgerðar. Fyrir aðgerðina eru gefin verkjalyf í töfluformi sem verka í og eftir aðgerð. Þegar komið er á skurðstofu fer fram frekari undirbúningur fyrir aðgerðina. Settur er æðaleggur í handarbak eða handlegg og er hann notaður til að gefa vökva og svæfinga- og verkjalyf. Áður en svæfingalyfi er sprautað í æðalegginn, þarf að anda að sér súrefni í gegnum grímu. Svæfingunni er viðhaldið með svæfingalyfjum og verkjalyf gefin meðan á aðgerð stendur.

Eftir aðgerð fer sjúklingur á vöknunardeild og síðan aftur á dagdeild. Ef verkir eða ógleði koma fram er mikilvægt að láta vita svo hægt sé að bregðast við því. Eðlilegt er að finna fyrir þreytu og sljóleika fyrst um sinn. Hálssærindi geta komið eftir svæfinguna, en þau hverfa jafnan á 1-2 dögum.

### Þvaglát

Eftir aðgerðina getur komið fram tregða við þvaglát og því er mikilvægt að reyna að pissa fljótlega eftir komu á deild. Láta þarf vita ef ekki gengur að pissa eða lítið kemur af þvagi.

<p><b>Eftir aðgerð:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verkjalyf eru gefin eftir þörfum</li> <li>• Létt máltíð fyrir heimferð</li> <li>• Þvaglát eru nauðsynleg fyrir útskrift</li> </ul>	<p><b>Fyrir útskrift þarf að vera búíð að fá:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Útskriftarfræðslu</li> <li>• Lyfseðil fyrir verkjalyfjum ef með þarf</li> <li>• Endurkomutíma hjá lækni</li> </ul>
---	---

## Útskrift

Útskrift er áætluð samdægurs.

### Verkir

Búast má við verkjum á skurðsvæði fyrstu dagana og óþæginda vegna tróðs í nefi. Ef verkir eru viðvarandi er æskilegt að taka verkjalyf reglulega yfir daginn, samkvæmt leiðbeiningum. Smám saman er síðan dregið úr töku lyfjanna með því að minnka skammta eða taka lyfin sjaldnar. Flestir eru búnir að jafna sig eftir 5-7 daga.

### Tróð í nefi

Ef sett eru tróð í nefið er annað hvort um að ræða tróð sem eyðast af sjálfu sér eða tróð sem þarf að fjarlægja í endurkomutíma hjá lækni. Nefið getur þrútnað svoltið eftir aðgerðina. Gott er að hafa hátt undir höfði þegar legið er út af, til að draga úr þrotanum.

### Mataræði

Borða má eins og áður en ráðlagt er að forðast heita drykki fyrstu tvo dagana eftir aðgerð meðan hætta er á blæðingu úr nefi.

### Hreyfing

Forðast þarf áreynslu í tvær vikur eftir aðgerð (eða samkvæmt fyrirætlum læknis) og varast að rembast eða lyfta þungu. Forðast þarf heit böð og gufu fyrstu dagana eftir aðgerð. Ekki er ráðlagt að stunda æfingar eða íþróttir í a.m.k. þrjár vikur eftir aðgerð.

### Vinna

Hafa þarf samráð við lækni um það hvenær má byrja að vinna aftur, en það fer eftir eðli starfs og líðan. Hægt er að fá veikindavottorð í endurkomutíma.

### Kostnaður

Greiða þarf fyrir aðgerð á dagdeild. Verð er samkvæmt gjaldskrá Landspítala.

**Hafa þarf samband við dagdeildina ef eftirfarandi hættumerki koma fram:**

- Hiti er hærri en 38,5°C
- Verkur er í eða kringum nef eða auga og minnkar ekki við töku verkjalyfja
- Viðvarandi blæðing er frá nefi
- Ógleði eða uppköst eru viðvarandi

Dagdeild A5 er opin alla virka daga kl. 7 til 22, sími 543 7570.

Eftir lokun má hringja í skiptiborð Landspítala í síma 543 1000 og biðja um samband við vakthafandi deildarlækni á háls-, nef- og eyrnadeild Landspítala í Fossvogi.

Sjúklingum og aðstandendum er velkomið að hringja á deildina ef spurningar vakna.

---

Vinsamlegast athugið að sjúkrahúsið getur ekki borið ábyrgð á peningum eða öðrum verðmætum svo sem símum, tölvum o.fl. sem sjúklingar eða aðstandendur hafa meðferðis.

Athygli er vakin á því að starfsfólk og nemendur sjúkrahússins eru bundin þagnarskyldu og mega því ekki ræða um málefni sjúklinga á deildinni. Við viljum vinsamlegast biðja þig og aðstandendur þína að ræða ekki það sem þið kunið að verða vitni að eða heyra um aðra sjúklinga.

Landspítali er kennslspítali og nemendur í heilbrigðisfræðum og tengdum greinum stunda hluta af námi sínu á spítalanum. Nemendur fylgjast með og taka þátt í daglegri meðferð sjúklinga og eru alltaf á ábyrgð og undir handleiðslu leiðbeinenda sinna.

---

ÚTGEFANDI:  
LANDSPÍTALI  
SKURÐLÆKNINGASVIÐ  
MARS 2019  
LSH-2101

ÁBYRGÐARMENN:  
YFIRLÆKNIR HÁLS-, NEF OG  
EYRNALÆKNINGA OG  
DEILDARSTJÓRI DAGDEILDAR A5

HÖNNUN:  
SAMSKIPTADEILD