

Empfehlungen zum Verhalten nach Nasenoperationen

Liebe Patientin, lieber Patient,

im Folgenden möchten wir Ihnen ein paar Verhaltensregeln an die Hand geben, die Ihnen nach Ihrer Operation helfen sollen Schmerzen und Komplikationen zu vermeiden.

Operation der Nasenscheidewand (Septumplastik) und der Nasennebenhöhlen:

- Es werden Nasentamponaden in beide Nasenhöhlen platziert. Diese werden in der Regel 1 bis 2 Tage nach der Operation entfernt.
- Für die Zeit, in der die Nasentamponaden in Ihrer Nase sind, müssen Sie durch den Mund atmen. Wir empfehlen Ihnen regelmäßig den Mund mit einem Schluck Wasser anzufeuchten, damit Ihre Schleimhäute nicht austrocknen.
- Im Falle einer Korrektur der Nasenscheidewand werden zur Stabilisierung zusätzlich Silikonschienen seitlich an der Nasenscheidewand angenäht. Diese verbleiben 7 Tage nach der Operation in der Nase.
- Sollten in Ihren Nasennebenhöhlen Polypen entfernt worden sein, bekommen Sie ein orales Kortisonschema sowie ein kortisonhaltiges Nasenspray verordnet. Dies wird durch den Operateur entschieden.

Informationen zum Behandlungsverlauf nach der Nasenoperation (Operation der Nasenscheidewand, der Nasennebenhöhlen und plastische Nasenkorrekturen):

- Nach der Operation sollten Sie das erste Mal nur in Begleitung des Pflegepersonals aufstehen.
- Wenn Sie Schmerzen haben, wenden Sie sich bitte an unser Pflegeteam. Diese werden Ihnen ein Schmerzmittel geben.
- Für eine optimale Wundheilung sollten Sie auf Nikotin verzichten.
- Zur Vermeidung einer Infektion erhalten Sie für die Dauer von 3 bis 5 Tagen nach der Operation ein Antibiotikum.
- Für die ersten 2 Wochen sollten Sie die Nase nicht schnäuzen!
- Tupfen Sie Ihre Nase nur vorsichtig ab, wenn Blut oder Sekret aus der Nase austritt.
- Nach der Operation bekommen Sie eine Bepanthen-Nasensalbe, die Sie 5 bis 6 mal täglich in der Nase anwenden sollen. Dazu platzieren Sie mit dem Applikator in beide Nasenhaupthöhlen ein erbsengroßes Stück der Salbe und ziehen dieses vorsichtig hoch. Dies sollten Sie drei Wochen nach der Operation durchführen. Um trockene Nasenschleimhäute zu vermeiden, empfehlen wir Ihnen die pflegende Salbe noch darüber hinaus anzuwenden.
- Eine zusätzliche Anwendung von Meerwasser-Nasenspray, welches Sie ohne Rezept in der Apotheke erhalten, ist sehr hilfreich. Dieses können sie auch 5 bis 6 mal täglich im Wechsel mit der Bepanthen-Nasensalbe für die ersten 3 Wochen nach der Operation und bei Bedarf darüber hinaus verwenden.
- Ab dem 7. Tag nach der Operation empfehlen wir Ihnen zusätzlich 2 mal täglich Nasenduschen anzuwenden, um das Wundsekret und die Borken, welche in der Nase gebildet werden, zu lösen.

- Ihre Nase wird hier während Ihres Aufenthaltes täglich abgesaugt um Wundsekret und Borken zu entfernen. Auch nach der Entlassung sollte diese Nasenpflege ein bis zweimal die Woche durchgeführt werden. Innerhalb der ersten 14 Tage nach Ihrer Entlassung können wir Ihnen die Durchführung der Nasenpflege nach Terminvereinbarung in unsere Hochschulambulanz anbieten (Terminvereinbarung über Tel: 030 / 450 555 678). Bei Bedarf kann dies durch Ihren niedergelassenen HNO-Arzt darüber hinaus durchgeführt werden.
- Wir vereinbaren mit Ihnen einen Wiedervorstellungstermin in unserer Hochschulambulanz zur Entfernung der Silikonschienen. Danach sollten Sie Ihre Nase weiterhin mit Bepanthen-Nasensalbe, Meerwasser-Nasenspray und Nasenduschen pflegen.
- Vermeiden Sie körperliche Anstrengung.
- Sie sollten für eine Woche auf das Haare waschen verzichten.
- Bitte nehmen Sie bis 10 Tage nach dem stationären Aufenthalt keine aspirinhaltigen Schmerzmedikamente ein, da sie zu einer erhöhten Nachblutungsgefahr führen.

Spezielle Informationen für das Verhalten nach Nasenoperationen, bei der die äußere Form der Nase korrigiert wurde (plastische Nasenkorrektur):

- Während der Operation wird ein Nasengips angelegt, der ein Verschieben der knorpeligen und knöchernen Nasenteile vermeiden soll. Der Nasengips verbleibt insgesamt für 10 Tage und wird in unserer Hochschulambulanz gleichzeitig mit den Silikonschienen entfernt.
- Kühlen Sie die Region um die Nase innerhalb der ersten 3 Tage nach der Operation intensiv und vermeiden Sie, dass beim Waschen der Gips befeuchtet wird.
- Zum Zeitpunkt der Gipsentfernung ist Ihre Nase stark geschwollen. Die Schwellung der Nase bildet sich nach einigen Tagen zurück. Es besteht jedoch weiterhin eine Restschwellung der Nase, die sich langsamer zurückbildet, so dass die endgültige Form der Nase erst nach etwa 6 Monaten beurteilt werden kann.
- Sie sollten langes Sprechen und längere Kaubewegungen vermeiden, da dies zu vermehrter Gesichtsmuskeltätigkeit und Mitbewegung der Nase führt.
- Vermeiden Sie bis 3 Monate nach der Operation das Tragen von Brillen. Während dieser Phase sollten Kontaktlinsen benutzt werden.
- Vermeiden Sie bis 3 Monate nach der Operation Solariumbesuche, Saunagänge und direkte Sonneneinstrahlung.
- Vermeiden Sie bis 3 Monate nach der Operation starke körperliche Aktivitäten (Fitnessstraining, Jogging, -), da diese zu einer lang anhaltenden Schwellung der Nase und einer Beeinträchtigung des kosmetischen Ergebnisses führen können.

Schmerztherapie nach der Entlassung:

- Nach der Entlassung sollte die von uns vorgegebene Maximaldosierung der Schmerzmittel nicht überschritten werden, da es zu starken Nebenwirkungen kommen kann. Sollten die Schmerzmittel zu keiner deutlichen Schmerzlinderung führen, wenden Sie sich bitte an uns.

Wir wünschen Ihnen eine gute Besserung,

Ihr HNO-Team der Charité-Universitätsmedizin Berlin am Campus Benjamin Franklin.