

## **ΟΔΗΓΙΕΣ ΑΣΘΕΝΟΥΣ ΜΕΤΑ ΑΠΟ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΕΝΔΟΣΚΟΠΙΚΗ ΧΕΙΡΟΥΡΓΙΚΗ ΠΑΡΑΡΡΙΝΙΩΝ ΚΟΛΠΩΝ**

### **A. ΕΙΣΑΓΩΓΗ**

Παρακαλώ διαβάστε προσεκτικά αυτές τις οδηγίες ΠΡΙΝ και ΜΕΤΑ από την εγχείρηση. Αν τις ακολουθήσετε ευλαβικά θα βοηθήσετε στην επίτευξη του καλύτερου δυνατού αποτελέσματος από την επέμβασή σας. Εάν έχετε οποιαδήποτε απορία μη διστάσετε να επικοινωνήσετε μαζί μας για να συζητήσετε τις ερωτήσεις σας. Πάρτε αυτήν την λίστα στο νοσοκομείο μαζί σας και αρχίστε να διαβάζετε από την ημέρα της επέμβασης.

### **B. ΟΔΗΓΙΕΣ**

#### **Αμέσως μετά την εγχείρηση:**

Επιστρέφοντας στο κρεβάτι σας, μπορείτε να πιείτε υγρά (νερό, γάλα, τσάι), δυό ώρες μετά την επέμβαση. Μπορείτε να μιλάτε, να περπατάτε, αλλά όχι:

- να φυσάτε την μύτη σας ή
- να εκτελέσετε σωματικές ασκήσεις (ακόμα και να σφίγγεσθε στην τουαλέτα)
- να φταρνίζεσθε δυνατά από την μύτη. Σε περίπτωση που πρέπει να φταρνισθείτε, αυτό να γίνεται με ανοκτό το στόμα.

Συνήθως ο πόνος είναι μικρός και – αν εξαιρέσουμε την παρουσία ποσότητας κόκκινων αιματηρών εκκρίσεων στα σάλια σας ή σε ρινικές εκκρίσεις- θα αισθάνεσθε μικρή πίεση από τα μικρά γαζάκια μέσα στην μύτη σας, τα οποία τοποθετήθηκαν εκεί στο τέλος της εγχείρησης για αιμόσταση. Μπορείτε για τον πόνο και την δυσφορία να ζητήσετε ένα παυσίπονο σιρόπι, εφόσον το χρειάζεσθε.

#### **Οδηγίες για το σπίτι, μετά την έξοδο σας από το Νοσοκομείο**

Επιπλέον με ότι ισχύει για την ημέρα του χειρουργείου, πρέπει να θυμάστε ότι:

1. Η δίαιτα σας είναι της απολύτου επιλογής σας (με μόνους περιορισμούς την πλήρη αποφυγή αλκοόλ και καυτών φαγητών –π.χ. σούπες, κ.τ.λ.).
2. Πίνετε άφθονο νερό (θερμοκρασίας δωματίου, ή δροσερό).

3. Μείνετε στο κρεβάτι τον περισσότερο χρόνο στην αρχή (1<sup>η</sup>-3<sup>η</sup> ημέρα), ανάλογα και με το πως αισθάνεσθε.

4. Σε περίπτωση που αισθάνεσθε κάποιο πόνο, μπορείτε να χρησιμοποιείτε ένα αναλγητικό σιρόπι.

5. Μην κουράζεσθε σωματικά, και μην σηκώνετε βάρη ή εκτελείτε σωματικές ασκήσεις, οι οποίες είναι δυνατό να ανεβάσουν την πίεση σας και να προκαλέσουν αιμορραγία από την μύτη. Επίσης πάρτε μέτρα για αποφυγή τυχόν δυσκοιλιότητας.

6. Τηρείτε πιστά την αγωγή που σας δόθηκε με την έξοδο σας απο το Νοσοκομείο. Η συνήθης πρακτική είναι να μένετε υπό αντιβιοτική αγωγή σύμφωνα με την γνώμη του γιατρού σας, και να επανέλθετε για εξέταση μετά πάροδο 7-10 ημερών.

7. Εάν ανησυχείτε για κάτι, οτιδήποτε θεωρείτε σημαντικό, επικοινωνήστε μαζί μας στο 2107526900.

***Ελπίζοντας ότι λύσαμε ορισμένες απορίες σας,  
ευχόμαστε καλή ανάρρωση.***

ExelixiSmMedical.gr