

## **ZALECENIA DLA PACJENTA PO ENDOSKOPOWYM ZABIEGU ZATOK (FESS)**

### **Cel:**

Edukacja zdrowotna pacjenta ma na celu przygotowanie pacjenta do samopielęgnacji po zabiegu FESS.

### **Tematy edukacyjne:**

- Istota, cel, i zasady prowadzonego leczenia,
- Ryzyko i przyczyny wystąpienia powikłań pozabiegowych
- Samokontrola stanu zdrowia: kontrola parametrów ciśnienia tętniczego krwi, temperatura ciała.
- Aktywność fizyczna dostosowana do pacjenta,
- Szczepienia ochronne w celu zwiększenia odporności pacjenta,
- Współpraca z zespołem terapeutycznym,
- Wsparcie psychologiczne pacjenta i rodziny

### **Materialy edukacyjne:**

Operacja zatok daje szansę na poprawę stanu zatok, a jednocześnie nie pozostawia widocznych blizn, gdyż jest wykonywana wewnątrz nosa. Zabieg ma na celu przywrócenie prawidłowej drożności ujścia zatok.

Po zakończonym zabiegu w zależności od występującego krwawienia zakładana jest na około tamponada przednia do przewodów nosowych. Usunięta zostaje następnego dnia po zabiegu.

Leczenie pooperacyjne obejmuje antybiotykoterapie oraz leczenie przeciwbólowe. Czas hospitalizacji wynosi od 3 do 5 dni.

### **INFORMACJE ISTOTNE DLA PACJENTA:**

- **Całkowity zakaz kochania i wydmuchiwania nosa** do czasu kontroli pooperacyjnej – powodują wzrost ciśnienia w obrębie zatok, co może powodować krwawienia z miejsca operowanego.
- W razie nie możliwości powstrzymania kichnięcia, należy zrobić to z otwartymi ustami – zmniejsza możliwość krwawienia, ale nie zapobiega.
- Przez pierwsze kilka dni po zabiegu wypływająca wydzielina z nosa może być lekko zabarwiona na różowo.
- W pierwszych dniach po zabiegu unikanie gorących potraw oraz napojów
- Dieta bogatobiałkowa, miękka - przyspieszenie gojenia się ran
- Zaprzestanie spożywania napojów alkoholowych i kofeiny.

- **Unikanie potraw pikantnych** - ma działanie drażniące powodujące kochanie.
- Wskazanie picie dużej ilości płynów (głównie niegazowanej wody)
- Pamiętać o kontroli poszpitalnej tak jak w Karcie Informacyjnej – w poradni otolaryngologicznej ( w wyznaczonym terminie),
- Pamiętać o regularnym zażywaniu leków zgodnie ze zleceniem w Karcie Informacyjnej
- Unikanie infekcji górnych dróg oddechowych,
- Oszczędzający tryb życia, bez wysiłku fizycznego, siłowni, schylania się, dźwigania do 3-4 tygodni- wysiłek fizyczny powoduje podniesienie ciśnienia krwi, co może powodować krwawienie z rany
- Unikanie gorących kąpielii, sauny, przebywania na słońcu – ciepło rozszerza naczynia, co sprzyja wystąpieniu krwawienia,
- Dbanie o prawidłowy mikroklimat pomieszczeń w domu, wietrzenie pomieszczeń
- W razie pojawienia się niepokojących objawów: podwyższonej temperatury ciała, krwawienia zalecana jest natychmiastowa konsultacja lekarska,
- Pacjent ma możliwość kontaktu osobistego, lub telefonicznego z lekarzem i pielęgniarką w czasie pracy oddziału, nr tel. na górze Karty Informacyjnej
- W razie wystąpienia **krwawienia chłodny okład na kark oraz czoło** oraz natychmiastowa konsultacja lekarska.
- Spray oraz płyny do płukania nosa należy wykonywać w sposób opisany na ulotce leku.

#### **OCENA KOŃCOWA EFEKTÓW EDUKACJI:**

Pacjent wie na czym polega zabieg FESS

Pacjent wie i rozumie jak dbać o siebie po zabiegu otwarcia zatok.

Pacjent wie, jak ma się zachować w przypadku ewentualnych powikłań.