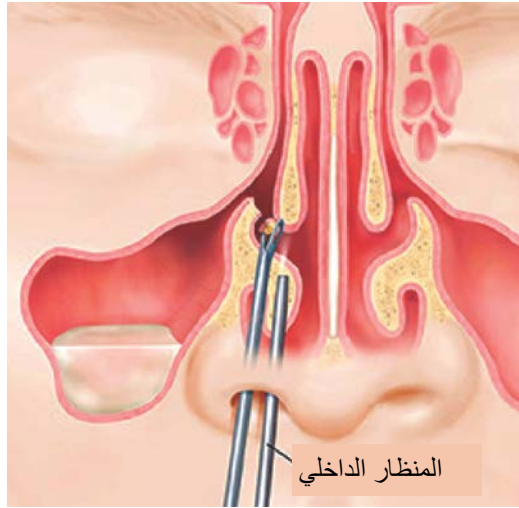




جراحة الجيوب الأنفية بالمنظار كيف تستعد وماذا تتوقع

يشرح هذا المنشور كيفية الاستعداد لجراحة الجيوب الأنفية بالمنظار وما يمكن توقعه بعد ذلك



حول العملية الجراحية

قد نصحك طبيبك بإجراء عملية جراحية بالمنظار. وذلك لأن الأدوية لم تتحكم في التهاب الجيوب الأنفية وسيتم إجراء هذه الجراحة لإزالة الانسداد في الجيوب الأنفية الجراحة التنظيرية لا تستخدم أي شقوق بدلاً من ذلك ، سوف يستخدم جراحك أدوات صغيرة ومنظاراً ، أنبوباً رقيقاً مع كاميرا في النهاية

قبل العملية الجراحية

سيستخدم الجراح أنبوباً رقيقاً يسمى المنظار لإزالة الانسداد في الجيب.

الأدوية

- لمدة أسبوع واحد قبل الجراحة ، لا تأخذ أي الأسبرين أو المنتجات العشبية أو غيرها من المنتجات التي تؤثر على تخثر الدم. اثنان من هؤلاء هم ايبوبروفين (أدفيال ، موترين ، وآخرون) ونابروكسين (أليف ونابروسين وآخرون). انظر الورقة المرفقة لمزيد من المعلومات.
- إذا كانت لديك أي أسئلة حول أدويةك ، فيرجى الاتصال بعيادة ما قبل التخدير بأيام الأسبوع من الساعة 8 صباحاً إلى الساعة 6 مساءً. في الرقم 206.598.6334 . قائمة بالأدوية الحالية في متناول اليد بحيث يمكنك إخبارهم بما تتناوله. سوف يخبرك بالأدوية التي يجب ان تأخذها أو تمتنع عن تناولها في يوم الجراحة.
- إذا وصف لك الطبيب ان تاخذ المضادات الحيوية أو بريدنيزون قبل الجراحة، أخذها وفقاً للتعليمات.

خطط مسبقاً

- اعرف كيف ستصل إلى المنزل من المستشفى بعد الجراحة. إذا قال الجراح أنك سوف:
– تعود إلى المنزل في نفس اليوم الذي تجرى فيه العملية الجراحية ، فيجب عليك الترتيب لشخص ما لاصطحابك إلى المنزل من المستشفى والبقاء معك في الليلة الأولى. لا يمكنك القيادة أو ركوب الاتوبيس أو تاكسي بمفردك
– ستقضي الليلة بالمستشفى ، تتمكن من العودة إلى المنزل في اليوم التالي.

- سيكون غسل الأنف جزءًا أساسيًا من رعايتك بعد الجراحة. عليك ممارسة هذا قبل الجراحة حتى تتعرف على كيفية القيام بذلك.

وقت الوصول

ستتلقى مكالمة من يوم إلى يومين أيام العمل قبل تاريخ الجراحة لإبلاغك بموعدك للجراحة. إذا لم تستلم هذه المكالمة بحلول الساعة 5 مساءً. في اليوم السابق للجراحة ، اتصل على الرقم 206.598.6541 لتأكيد وقت وصولك. إذا كانت الجراحة يوم الاثنين ، فستتلقى هذه المكالمة يوم الجمعة السابقة.

يوم الجراحة

- لا تأكل أو تشرب أي شيء ، الا اذا تم توجيهك بطريقة أخرى.
- اتبع الإرشادات التي تلقيتها خلال زيارتك قبل العملية حول الأدوية التي يجب أن تتناولها أو لا تتناولها في يوم الجراحة. إذا كنت بحاجة إلى تناول الأدوية ، فاحذها مع رشفة صغيرة فقط من الماء.

بعد الجراحة

الاحتياطات والرعاية الذاتية

- انك قد تلقيت تخديرًا عامًا (دواء لجعلك تنام) أثناء الجراحة. هذا الدواء سوف يؤثر على تفكيرك وزمن الاستجابة. لمدة 24 ساعة بعد الجراحة ، لا:
 - للقيادة أو استخدام الآلات
 - لشرب الكحول
 - السفر وحدك
 - التوقيع على أي أوراق قانونية أو اتخاذ قرارات مهمة
 - تكون مسؤولاً عن أي شخص آخر، مثل الأطفال والحيوانات الأليفة، أو الكبار الذين بحاجة إلى رعاية

- سيكون لديك شاش تحت أنفك للرشح. بدل هذا الشاش حسب الحاجة

- خذ المضادات الحيوية كما محدد.

- من المحتمل أن تشعر ببعض الألم في وجهك. بالنسبة لمعظم الألم البسيطة إلى المتوسطة ، يمكنك التناوب بين أسيتامينوفين (تايلينول) وإيبوبروفين (أدفيل ، موترين). لا تستخدم وصفة دواء الألم (الأفيونة) الا للألم المعتدل إلى الشديد.

- لمدة أسبوعين ، تجنب:

- تفريغ أنفك مع الكثير من الجهد

- الشد

- رفع أي شيء يزن أكثر من 15 رطل (جالون من الحليب يزن أكثر من 8 رطل)

غسيل الأنف

- الغسيل الأنفي (شطف الجيوب الأنفية) مهم جداً بعد الجراحة. إنه يحافظ على رطوبة الجيوب الأنفية ويساعد على التخلص من جلطات الدم المخاطية والقديمة. طبيبك أو الممرض سوف يعطيك نظام لشطف الجيوب الأنفية لاستخدامه.

- ابدأ الشطف الأنفي في اليوم التالي للجراحة.
- اغسل الجيوب الانفية على الأقل 4 مرات في اليوم.
- اتبع الإرشادات الموجودة في الصندوق.
- قم بتفريغ أنفك برفق بعد الشطف لتفريغ المنطقة الأنفية.

النزيف

- من الطبيعي أن يكون هناك نزيف خفيف أو رشح من أنفك أو في الحلق لمدة تصل إلى يومين بعد جراحة الجيوب الأنفية.
- اتصل بطبيبك إذا كان لديك تدفق مستمر للدم من أنفك أو في الجزء الخلفي من الحلق.

زيارات المتابعة بالعيادة

سترى طبيبك كل أسبوع إلى أسبوعين بعد الجراحة حتى تلتئم بالكامل وسوف يحدد موعدك التالي في كل زيارة.

العودة إلى العمل

معظم الناس يأخذون من أسبوع إلى أسبوعين راحة من العمل للتعافي. تعتمد هذه المدة التي علي طبيعة عملك.

متى اتصل

اتصل على الرقم 206.598.4022 إذا كان لديك:

- نزيف مستمر من أنفك أو في حلقك
- حمى أعلى من 101 درجة فهرنهايت (38.3 درجة مئوية)
- رؤية مزدوجة أو مشكلة في الرؤية
- صداع ولا يخففه دواء الألم
- المزيد من الألم
- طفح جلدي أو حكة
- غثيان أو تقييء مستمر

الأسئلة؟

أسئلتك هي مهمة لدينا. اتصل بطبيبك أو مقدم الرعاية الصحية إذا كانت لديك أسئلة أو مخاوف.

. لتحديد زيارة للعيادة ، اتصل بمركز جراحة الأنف والأذن والحنجرة / الرأس والرقبة على الرقم 206.598.4022 ثم اضغط على الرقم 8 لتتحدث مع مكتب الاستقبال.

. إذا كنت انت بالفعل مريضاً ولديك أسئلة حول خطة العلاج الخاصة بك: يمكنك الاتصال خلال أيام الأسبوع من 8 صباحاً إلى 5 مساءً ، اتصل على 206.598.7535.

بعد ساعات العمل وفي عطلات نهاية الأسبوع والأعياد ، اتصل بالرقم 206.598.4022 ثم اضغط على الرقم 5. وسيتم توجيهك إلى الممرضة
Community Care Line

Endoscopic Sinus Surgery

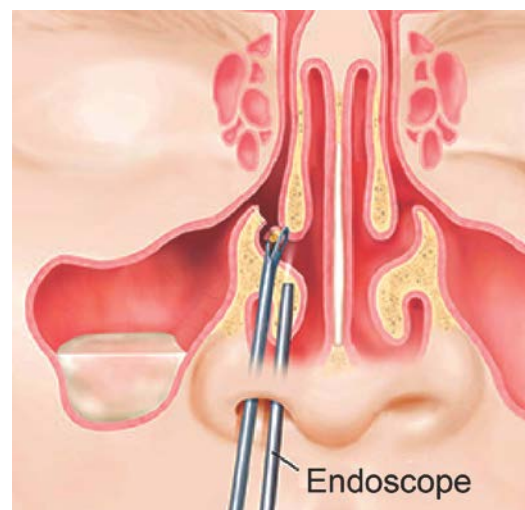
How to prepare and what to expect

This handout explains how to prepare for endoscopic sinus surgery and what to expect afterward.

About Your Surgery

Your doctor has advised that you have *endoscopic surgery*. This is because medicines are not controlling your *sinusitis* (sinus inflammation or infection). This surgery will be done to clear blockages in your sinuses.

Endoscopic surgery does not use any incisions. Instead, your surgeon will use tiny instruments and an *endoscope*, a thin tube with a camera on the end.



Your surgeon will use a thin tube called an endoscope to clear blockages in your sinus.

Before Your Surgery

Medicines

- For 1 week before your surgery, do **not** take any aspirin, herbal products, or other products that affect blood clotting. Two of these are ibuprofen (Advil, Motrin, and others) and naproxen (Aleve, Naprosyn, and others). See attached sheet for more information.
- If you have any questions about your medicines, please call the Pre-Anesthesia Clinic weekdays from 8 a.m. to 6 p.m. at 206.598.6334. **Have a list of your current medicines handy so that you can tell them what you take.** They will be able to tell you which medicines to take or not take on the day of your surgery.
- If your doctor has prescribed antibiotics or prednisone to take before surgery, take them as directed.

Plan Ahead

- Know how you will get home from the hospital after your surgery. If your surgeon has said that you will:

- **Go home** the same day as your surgery, you **must** arrange for someone to drive you home from the hospital and stay with you the first night. **You cannot drive or take a bus or taxi by yourself.**
- **Stay overnight** in the hospital, you will be able to drive yourself home the next day.
- *Nasal irrigation* will be a key part of your care after surgery. Practice this before your surgery so you know how to do it.

Arrival Time

You will receive a call 1 to 2 business days before your surgery date to tell you what time to arrive for your surgery. If you have not received this call by 5 p.m. the day before your surgery, call 206.598.6541 to confirm your arrival time. If you are having surgery on a Monday, you will receive this call the Friday before.

Day of Surgery

- Do **not** eat or drink anything, unless you are directed otherwise.
- Follow the instructions you received during your pre-op visit about what medicines to take or not take on the day of surgery. If you need to take medicines, take them with **only** a small sip of water.

After Surgery

Precautions and Self-care

- You received general *anesthesia* (medicine to make you sleep) during your surgery. This medicine will affect your thinking and your response time. For 24 hours after your surgery, do **not**:
 - Drive or use machinery
 - Drink alcohol
 - Travel by yourself
 - Sign any legal papers or make important decisions
 - Be responsible for anyone else, such as children, pets, or an adult who needs care
- You will have gauze under your nose to catch oozing. Change the gauze as needed.
- Take your antibiotics as prescribed.
- You will most likely have some pain in your face. For most minor to moderate pain, you may alternate between acetaminophen (Tylenol) and ibuprofen (Advil, Motrin). Only use your prescription pain medicine (opioid) for moderate to severe pain.

- **For 2 weeks**, avoid:
 - Blowing your nose with a lot of effort
 - Straining
 - Lifting anything that weighs more than 15 pounds (a gallon of milk weighs more than 8 pounds)

Nasal Irrigation

Nasal irrigation (rinsing out your sinuses) is very important after surgery. It keeps your sinuses moist and helps flush out excess mucous and old blood clots. Your doctor or nurse will give you a sinus rinse system to use for this.

- Start nasal irrigation the day after your surgery.
- Irrigate your nose at least 4 times a day.
- Follow the directions in the box.
- **Very gently** blow your nose after irrigation to clear the nasal space.

Bleeding

- It is normal to have light bleeding or oozing from your nose or into your throat for up to 2 days after sinus surgery.
- Call your doctor if you have a **steady flow** of blood from your nose or into the back of your throat.

Follow-up Clinic Visits

You will see your doctor every 1 to 2 weeks after surgery until you are fully healed. You will set up your next appointment at each visit.

Return to Work

Most people take 1 to 2 weeks off work to recover. How long you take off work will be based partly on what you do for a living.

When to Call

Call 206.598.4022 if you have:

- Steady bleeding from your nose or into your throat
- A fever higher than 101°F (38.3°C)
- Double vision or trouble seeing
- A headache that is not eased by pain medicine
- More pain
- Rash or itching
- Nausea or vomiting that does not go away

Questions?

Your questions are important. Call your doctor or healthcare provider if you have questions or concerns.

- **To set up a clinic visit**, call the Otolaryngology/Head and Neck Surgery Center at 206.598.4022 and press 8 to speak to the front desk.
- **If you are already a patient** and have questions about your treatment plan:
 - Weekdays from 8 a.m. to 5 p.m., call 206.598.7535.
 - After hours and on weekends and holidays, call 206.598.4022 and press 5. You will be directed to the Community Care Line nurse.