



Phẫu Thuật Nội Soi Xoang Mũi

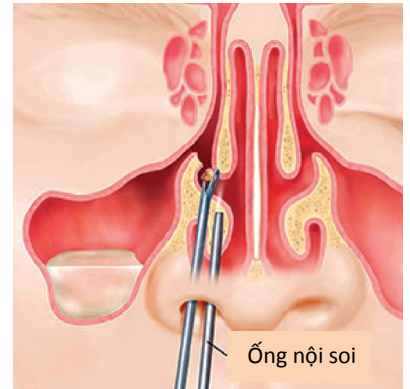
Cách chuẩn bị và điều nên biết

Tài liệu này giải thích chuẩn bị thế nào về phẫu thuật nội soi xoang mũi và những điều cần biết sau khi phẫu thuật.

Phẫu Thuật Của Bạn

Bác sĩ đã đề nghị bạn nên *phẫu thuật nội soi* để thông tắc nghẽn trong xoang. Bác sĩ đề nghị bạn nên phẫu thuật vì thuốc và các phương pháp điều trị khác không thể kiểm chế viêm xoang của bạn (viêm hoặc nhiễm trùng xoang).

Phẫu thuật nội soi không có bất kỳ vết rạch da nào, thay vào đó, bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ dùng một *ống nội soi* nhỏ, ở đầu ống mỏng có cái đèn chiếu và máy chụp hình.



Bác sĩ phẫu thuật sẽ sử dụng một ống mỏng gọi là *ống nội soi* để thông tắc nghẽn trong xoang mũi của bạn

Trước khi phẫu thuật

Thuốc

- Trước 1 tuần phẫu thuật, bạn **không** dùng bất kỳ thuốc aspirin, các sản phẩm thảo dược hoặc các sản phẩm khác có ảnh hưởng đông máu mà không báo cho bác sĩ phẫu thuật của bạn biết trước. Hai loại thuốc là ibuprofen (Advil, Motrin, và những loại khác) và thuốc naproxen (Aleve, Naprosyn, và những thứ khác). Xem tài liệu kèm theo để biết thêm thông tin. **Nói chuyện với bác sĩ phẫu thuật của bạn nếu bạn có bất kỳ câu hỏi nào về việc dùng những loại thuốc này.**
- Nếu bạn có bất kỳ câu hỏi nào về các loại thuốc của bạn, xin vui lòng gọi cho Khoa Trước Khi Gãy Mê trong tuần từ 8 giờ sáng đến 6 giờ chiều tại số 206.598.6334. **Bạn nên có một danh sách các loại thuốc hiện tại đang dùng khi nói chuyện với nhân viên.** Họ sẽ cho bạn biết những loại thuốc nào nên dùng hoặc không dùng trong ngày phẫu thuật.

- Nếu bác sĩ của bạn có cho toa mua thuốc kháng sinh hoặc thuốc prednisone để dùng trước khi phẫu thuật, hãy dùng thuốc theo chỉ dẫn.

Kế Hoạch Trước

- Cách về nhà từ bệnh viện sau khi phẫu thuật. Nếu bác sĩ phẫu thuật có nói với bạn sẽ:
 - **Về nhà** trong ngày phẫu thuật, bạn phải sắp xếp người đón bạn từ bệnh viện về nhà và ở lại với bạn của đêm đầu tiên. **Bạn không thể tự mình lái xe hoặc một mình đi xe buýt hoặc xe taxi.**
 - **Ở lại qua đêm** trong bệnh viện, bạn được tự mình lái xe về nhà vào ngày hôm sau. Xin vui lòng nói chuyện với bác sĩ phẫu thuật của bạn về điều này.
- *Rửa lỗ mũi* sẽ là một phần chăm sóc quan trọng sau khi phẫu thuật. Luyện tập cách rửa lỗ mũi trước khi phẫu thuật để bạn biết làm.

Giờ Đến

Bạn sẽ có một cuộc gọi từ 1 đến 2 ngày trước ngày phẫu thuật để báo cho bạn biết giờ nào đến phẫu thuật. Nếu bạn không nghe gọi trước 5 giờ chiều trước ngày phẫu thuật, hãy gọi số 206.598, 6334 để hỏi giờ đến. Nếu phẫu thuật của bạn vào Thứ Hai, bạn sẽ có một cuộc gọi vào Thứ Sáu trước đó.

Ngày Phẫu Thuật

- **Không được** ăn hoặc uống bất cứ thứ gì, trừ khi bạn có hướng dẫn khác của bác sĩ.
- Trong cuộc hẹn khám trước khi phẫu thuật, bạn làm theo hướng dẫn về loại thuốc nào nên dùng hoặc không dùng trong ngày phẫu thuật. Nếu bạn cần uống thuốc trong ngày phẫu thuật, **chỉ** uống một hợp nước để đủ nuốt thuốc.

Sau Khi Phẫu Thuật

Điều Lưu Ý và Tự Chăm Sóc

- Bạn sẽ *gây mê* toàn thân (thuốc làm bạn ngủ) khi phẫu thuật. Thuốc này sẽ ảnh hưởng đến sự suy nghĩ và thời gian đáp ứng của bạn. Trong **24 tiếng** sau khi phẫu thuật của bạn:
 - **Không được** lái xe hoặc sử dụng máy móc
 - **Không được** uống rượu bia

- **Không được** đi du hành một mình
- **Không được** Ký bất kỳ giấy tờ pháp lý hoặc quyết định điều gì quan trọng
- **Không** có trách nhiệm với bất kỳ ai khác, như là giữ trẻ em, chăm sóc vật nuôi hoặc chăm sóc người lớn tuổi
- Dưới mũi của bạn sẽ có một miếng bông hứng chảy nước mũi. Thay bông nếu cần.
- Bạn được ăn uống bình thường.
- Dùng thuốc theo toa hướng dẫn.
- Bạn có thể bị đau mặt, hãy dùng thuốc acetaminophen (Tylenol) giảm đau. Dùng theo hướng dẫn liều thuốc trên nhãn bình thuốc.
 - Bác sĩ cũng có thể đề nghị bạn dùng thuốc ibuprofen (Advil, Motrin). Hãy hỏi bác sĩ trước khi bạn dùng thuốc ibuprofen.
 - Chỉ dùng thuốc giảm đau theo toa (thuốc phiện) cho những cơn đau trung bình đến đau nhiều.
- Bạn nên kê một vài chiếc gối dưới đầu khi bạn nằm. Bạn cũng có thể ngủ trên ghế tựa nếu điều đó tốt hơn cho bạn.
- Bạn nên tránh các hoạt động nào gây thở khó, đổ mồ hôi hoặc hao sức.
- **Trong 2 tuần**, bạn không được:
 - Dùng sức hỉ mũi
 - Các hoạt động khiến bạn thở khó, đổ mồ hôi hoặc hao sức
 - Khiên nâng, đẩy hoặc kéo bất cứ thứ gì nặng hơn 15 pao (một ga lon sữa nặng hơn 8 pao)

Rửa Sạch Lỗ Mũi

Rửa sạch lỗ mũi (rửa sạch xoang mũi) là quan trọng sau khi phẫu thuật. Nó làm cho xoang mũi ẩm ướt, giúp chất nhầy và cục máu cũ chảy ra. Bác sĩ hoặc y tá của bạn sẽ cho bạn một vật để dùng rửa xoang mũi.

- Bắt đầu rửa mũi vào ngày hôm sau phẫu thuật.
- Rửa mũi ít nhất 4 lần một ngày
- Làm theo hướng dẫn trong hộp
- Sau khi rửa sạch hãy **nhẹ nhàng** hỉ mũi để làm sạch mũi.

Chảy Máu

- Chảy máu ít hoặc nước mũi chảy xuống cổ họng tối đa 2 ngày đến 3 ngày sau khi phẫu thuật xoang mũi là bình thường.
- Gọi cho bác sĩ nếu bạn có **liên tục chảy** máu mũi hoặc nước mũi chảy xuống cổ họng.

Tái Khám

Bạn sẽ gặp bác sĩ từ 1 đến 2 tuần sau khi phẫu thuật. Chúng tôi sẽ làm hẹn cho bạn vài lần sau cuộc hẹn đó để chúng tôi theo dõi bạn chặt chẽ cho đến khi bạn hoàn toàn bình phục.

Trở Lại Làm Việc

Hầu hết mọi người nghỉ làm 1 đến 2 tuần để phục hồi. Thời gian bạn nghỉ làm tùy theo việc làm của bạn.

Khi Nào Cần Gọi

Gọi 206.598.4022 rồi bấm số 2 nếu bạn có:

- Liên tục chảy máu mũi hoặc nước mũi chảy xuống cổ họng.
- Sốt cao hơn 100 F (37,8 C)
- Mắt thấy hai hình hoặc khó nhìn
- Dùng thuốc giảm đau không bớt nhức đầu
- Đau nhiều hơn
- Đỏ da hoặc ngứa
- Buồn nôn hoặc ói mửa không hết

Câu Hỏi?

Câu hỏi của bạn rất quan trọng. Gọi bác sĩ hoặc nhân viên y tế nếu bạn có thắc mắc hoặc lo lắng.

Để làm hẹn: Vui lòng gọi Khoa Tai Mũi Họng / Trung Tâm Phẫu Thuật Đầu và Cổ tại số 206.598.4022 và bấm số 2 để nói chuyện với nhân viên.

Nếu bạn đã là bệnh nhân và có câu hỏi về kế hoạch điều trị của bạn:

- Trong tuần từ 8 sáng đến 5 chiều, gọi Khoa Tai Mũi Họng / Trung Tâm Phẫu Thuật Đầu và Cổ tại số 206.598.4022 rồi bấm số 2.
- Sau giờ làm việc, cuối tuần và ngày lễ, gọi số 206.598.4022 rồi bấm số 2 để chuyển đến Y Tá Chăm Sóc Cộng Đồng.

Endoscopic Sinus Surgery

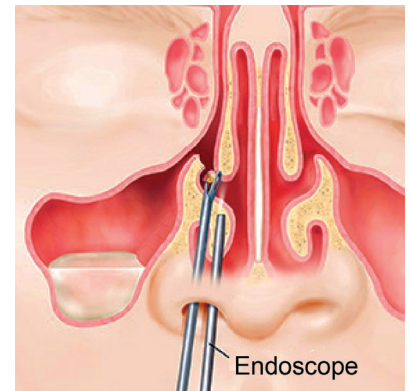
How to prepare and what to expect

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* to clear blockages in your sinuses. Your doctor advises this surgery because medicines and other treatments are not controlling your *sinusitis* (sinus inflammation or infection).

Endoscopic surgery does not use any skin incisions. Instead, your surgeon will use tiny instruments and an *endoscope*, a thin tube with a light and 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 without talking with your surgeon. Two of these are ibuprofen (Advil, Motrin, and others) and naproxen (Aleve, Naprosyn, and others). See attached sheet for more information. **Talk with your surgeon if you have any questions about taking these medicines.**
- 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 may be able to drive yourself home the next day. Please talk with your surgeon about this.
- *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 206.598.6334 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 machines
 - Do **not** drink alcohol
 - Do **not** travel by yourself
 - Do **not** sign any legal papers or make important decisions
 - Do **not** be responsible for children, pets, or an adult who needs care

- You may have gauze under your nose to catch oozing. Change the gauze as needed.
- You may eat your normal foods.
- Take your medicines as prescribed.
- You will most likely have some pain in your face. To ease pain, take acetaminophen (Tylenol). Follow the dose instructions on the label.
 - Your doctor may advise that you also use ibuprofen (Advil, Motrin). Check with your doctor before taking ibuprofen.
 - Only use your prescription pain medicine (opioid) for moderate to severe pain.
- Put a few pillow under your head when you lie down. You can also sleep in a recliner chair if that is better for you.
- Avoid doing any activity that makes you breathe hard, sweat, or strain.
- For **2 weeks**, avoid:
 - Blowing your nose with a lot of effort
 - Activities that makes you breathe hard, sweat, or strain
 - Lifting, pushing, or pulling anything that weighs more than 15 pounds (a gallon of milk weighs almost 9 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.
- You may **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 to 3 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 have your first follow-up visit with your doctor 1 to 2 weeks after surgery. We will set up several more visits after that. We will monitor you closely until you are fully healed.

Return to Work

Most people take about 1 week 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 and press 2 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 2 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 Otolaryngology/ Head and Neck Surgery Center at 206.598.4022 and press 2.
- After hours and on weekends and holidays, call 206.598.4022 and press 2 to talk with a Community Care Line Nurse.