



INSTRUCCIONES GENERALES EN EL POSTOPERATORIO DE PACIENTES OPERADOS DE **CIRUGÍA ENDOSCÓPICA NASOSINUSAL**

* **Tras la intervención**, el paciente bajo control del Médico Especialista en Anestesia pasará a la habitación, una vez que estime que está adecuadamente despierto, aunque Vds le vean aún adormilado.

* **Una vez en la habitación**, el paciente y sus familiares seguirán las instrucciones que les indiquen el personal sanitario. A ellos se dirigirán Vds para solventar las dudas, o las incidencias que acontezcan durante el ingreso del paciente.

Es aconsejable que permanezca en la cama, con leve elevación del cabecero, y evitando manipularse el taponamiento o la nariz.

Durante estas primeras horas debemos evitar en lo posible las visitas ya que sólo conseguimos hacer más molesto estos momentos iniciales de postoperatorio.

Igualmente debe procurar no carraspear, toser violentamente, ni realizar gargarismos, y por supuesto no fumar ni realizar movimientos innecesarios.

Durante este primer día ya se iniciará la alimentación, **SOLO** cuando se lo indique el personal sanitario, primero con líquidos para comprobar la tolerancia y que no vomita.

Los pacientes a pesar del tratamiento prescrito se quejan de dolor de cabeza y sensación de “congestión” como si tuviese un fuerte catarro. Es normal algo de goteo nasal sanguinolento. Si es de mayor cuantía coméntelo con el personal sanitario. Debe iniciar en cuanto sea posible una higiene oral adecuada con cepillado cuidadoso de los dientes.

* Habitualmente a la mañana siguiente a la intervención, o una vez que el médico lo estime oportuno, el paciente será dado de alta, salvo incidencias.

Deberá permanecer en casa, haciendo en ella una vida reposada pero siguiendo sus rutinas. Pudiendo bañarse como de costumbre, evitando mojar el taponamiento porque entonces la incomodidad aumenta. Bajo ningunas circunstancias en estas primeras 72 horas conducirá vehículos ni maquinaria peligrosa.

Seguirá el tratamiento farmacológico que se le prescriba correctamente en dosis y

horas.

La **ALIMENTACIÓN** a partir de entonces será la que le apetezca, evitando alimentos muy calientes o picantes. Siempre acompañado de abundantes líquidos.

RECUERDE que es **NORMAL** en estos días la cefalea y el lagrimeo. A veces se acompaña de sensación de taponamiento de oídos y sequedad de garganta. También suele ser normal cierta inflamación del labio, de la cara, de los párpados e incluso algo de hematoma alrededor de la nariz o el labio. Una vez que se retira el taponamiento todo esto mejora rápidamente. También suele ser normal algo de febrícula y hormigueo del labio o del os dientes.

Tras la retirada el taponamiento nasal, que será según cada paciente y el tratamiento realizado a las 48-72 horas, **NO** debe sonarse la nariz con fuerza, ni hurgarse en la nariz. Igualmente debe evitar golpes sobre la misma. **SI** debe realizar una correcta higiene nasal con abundantes lavados nasales con Suero Fisiológico o “agua de mar”, alternando una y otra fosa.

Si tiene que estornudar lo hará con la **BOCA ABIERTA**, y siempre que se suene la nariz debe hacerlo suavemente.

Si previamente tomaba medicación debe consultar con su médico el momento de reiniciarla.

En general la actividad normal puede recuperarse entre una semana y 10 días. No debe realizar ejercicios o actividades violentas al menos en un par de semanas. En estas dos semanas igualmente no debe hacer viajes largos.

Si se presentan alguno de los siguientes signos después de volver a casa:

- * *Hemorragia nasal importante que no cede a la compresión durante 5-10 minutos,*
- * *fiebre de 39 °C ó más alta;*
- * *alteraciones de la visión, de la conciencia,*
- * *o si usted está preocupado por algún motivo,*

no espere, consulte con su médico.

Además de estas recomendaciones, dependiendo de cada caso, el médico puede añadir algunas recomendaciones particulares, se debe seguir tal como él le indique.