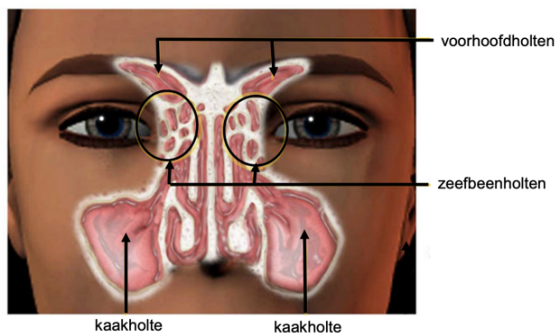


Keel-neus-oorheelkunde (KNO)
040 286 4852

Je bent onder behandeling bij de keel-, neus- en oorarts (KNO-arts) voor jouw ontsteking aan de bijholten van jouw neus. In deze informatie lees je meer over neusbijholteontsteking, de operatie en de leefregels na de operatie.

De neusbijholten

Boven en naast de neus bevinden zich holle ruimtes in het hoofd, de zogenaamde neusbijholten. Deze staan in directe verbinding met de neusholte. De meest bekende bijholten zijn de voorhoofdsholten en de kaakholten. De twee voorhoofdsholten liggen boven de ogen en de twee kaakholten bevinden zich achter de wangen. Minder bekend, maar zeker zo belangrijk zijn de holten in het zeefbeen. Deze zogenaamde zeefbeenholten bestaan uit vele kleine holten en bevinden zich aan beide kanten van de neus tussen de neusholte en de oogkas. De kaakholten en de voorhoofdsholten staan via dit zeefbeen met de neus in verbinding. Als laatste holte kennen we nog de wiggenbeensholte, ver achter boven in de neus. Al deze holten zijn bekleed met slijmvlies.



Klachten neusbijholteontsteking

Een neusbijholteontsteking lijkt in het begin vaak op een gewone verkoudheid. Doordat het slijmvlies in de neus opzet, treedt een neusverstopping op. Hierdoor kan snot in de neus en keel lopen. Dit vermindert vaak de reuk en smaak en kan er sprake zijn van hoestklachten en keelpijn. Door de neusverstopping kunnen ook de neusbijholten verstopt raken, waardoor slijm kan ophopen in de holten.

Dit kan weer leiden tot hoofd- en aangezichtspijn.

In zeldzame gevallen kan een neusbijholteontsteking zich uitbreiden buiten de holten. Dit kan leiden tot hoge koorts met ernstige hoofdpijn en sufheid. Tevens kan een rood, gezwollen oog ontstaan. Wanneer dit optreedt dien je direct contact met jouw arts op te nemen.

Diagnose

Voor het stellen van de diagnose wordt door de arts gekeken naar jouw klachten. Een KNO-arts zal vervolgens een algemeen neusonderzoek en een neusendoscopie uitvoeren. Hierbij worden de neusholte en de afvoergangen van de neusbijholten met behulp van een kleine camera bekeken. Zo kan de KNO-arts zien of er sprake is van een ontsteking in de neusholte of dat de afvoer in de neus belemmerd wordt door bijvoorbeeld neuspoliepen of een scheefstaand neustussenschot.

Soms wordt er ook een CT-scan gemaakt, zeker wanneer jouw KNO-arts een operatie overweegt. Dit vindt plaats op de radiologie afdeling. Soms is het ook nodig een allergieonderzoek te doen. Dit wordt gedaan door middel van een huidtest of bloedonderzoek.

Behandeling bij een neusbijholteontsteking

In eerste instantie zullen de klachten door de huisarts behandeld worden. De huisarts kan meerdere vormen van medicatie voorschrijven:

- neusspoelen met fysiologische zoutoplossing;
- pijnstilling (paracetamol);
- ontzwellende neusspray (xylomethazoline);
- neusspray met ontstekingsremmers (Fluticason, Beclomethason, Mometason);
- antibiotica (in bepaalde gevallen).

Om van de klachten af te komen is het belangrijk dat je het advies van de huisarts opvolgt en de voorgeschreven medicijnen nauwkeurig gebruikt. Wanneer de klachten langer dan 3 maanden aanhouden, en niet of onvoldoende verminderen na 4-6 weken medicatie, dan wordt gesproken van een chronische neusbijholteontsteking. In dat geval verwijst de huisarts je door naar een KNO-arts.

Wanneer is een operatie nodig?

Een chronische ontsteking kan samen gaan met de vorming van poliepen. De chronische ontsteking kan een op zichzelf staande ontsteking zijn van één bijholte, maar ook kunnen meerdere bijholten tegelijk ontstoken zijn. Vooral bij een chronische ontsteking van de zeebeenholten kunnen ook de kaakholten en eventueel zelfs de voorhoofdsholten geblokkeerd en ontstoken raken. De belangrijkste reden voor een operatie aan de neusbijholten is een dergelijke chronische ontsteking.

Endoscopische operatie

De operatie wordt gedaan via jouw neusgaten. Na de operatie heb je dan ook geen zichtbare operatiewond. Bij de operatie gebruikt de KNO-arts een endoscoop. Dit is een klein buisje met een camera. Zo kan de arts goed in jouw neus kijken. De arts brengt de endoscoop via jouw neusgaten in en kijkt op een beeldscherm waar de ontsteking zit. De ontstoken neusbijholten worden opengemaakt en zo nodig worden neuspoliepen verwijderd. De officiële naam van de operatie is 'FESS'. Dit is de afkorting van 'functional endoscopic sinus surgery'. Deze operatie gebeurt onder volledige verdoving (narcose). Meestal kun je op de dag van de operatie aan het einde van de middag al naar huis.

Vorbereiding op de operatie

- De week vóór de operatie mag je geen aspirine gebruiken. Dit middel kan de bloedstolling verminderen, waardoor meer kans bestaat op nabloeding. Het gebruik van Paracetamol is geen probleem.
- Als je medicijnen gebruikt, moeten deze volgens afspraak (indien nodig met weinig water) worden ingenomen, tenzij jouw arts/anesthesist dit anders heeft voorgeschreven.
- Ten aanzien van het nuchter blijven op de dag van de operatie dien je de adviezen in de folder 'Anesthesie en pijnstilling rondom een operatie' nauwkeurig op te volgen. Deze folder ontvangt bij jouw preoperatieve screening.

Wat kun je na de operatie verwachten

Je moet er rekening mee houden dat jouw neus na de operatie zeker nog niet genezen is. Eigenlijk begint de genezing pas na de operatie. Doordat de arts de ontstoken neusbijholte heeft opengelegd, kunnen de ontstekingsproducten voor het eerst de neusbijholte verlaten. Het herstel kan weken tot soms wel 3 maanden duren. Na de operatie vertelt jouw KNO-arts wat je moet doen om te zorgen dat jouw neusbijholte zo goed mogelijk schoon wordt. Dit wordt hieronder ook beschreven.

Je mag in ieder geval de eerste paar dagen na de operatie jouw neus niet snuiten, omdat dan lucht en ontstekingsproducten buiten het zeebeen geperst kunnen worden. Tijdens de eerste dagen na de operatie bestaat de kans dat een beetje vers bloed of wat bloederig slijm uit jouw neus komt. Soms kunnen zelfs oude bloedresten de neus verlaten. Dit stopt meestal na enige tijd vanzelf.

Neusspoelen na operatie

Het schoonhouden (spoelen) van jouw neus is zeer belangrijk. Zo kun je jouw neus/neusbijholten schoonhouden en korstjes en infecties voorkomen.

Het spoelen is effectiever met een ruime hoeveelheid zoutoplossing en een lage spoeldruk in plaats van een kleine hoeveelheid met hoge druk.

Benodigheden:

1 afgestreken theelepel keukenzout oplossen in een mok (200 ml) lauw-warm kraanwater of een afgestreken eetlepel zout oplossen in 1 liter water. Het water hoeft niet gekookt te worden, Nederlands kraanwater is voldoende schoon. Daarnaast heb je een spuit van 20 of 50 ml nodig of neuskan/neusdouche.

Spoelen met neuskan

1. Vul het kannetje met de zoutoplossing.
2. Je buigt over de wasbak en draait jouw hoofd iets opzij.
3. Je zet het tuitje vervolgens tegen het bovenliggende neusgat en spoelt langzaam de neus.
4. Laat het resterende water uit de neus lekken.
5. Draai daarna jouw hoofd en herhaal de bovenstaande stappen bij het andere neusgat.

Spoelen met spuitje

1. Vul het spuitje met de zoutoplossing.
2. Je buigt over de wasbak en draait jouw hoofd iets opzij.
3. Spuit vervolgens in het bovenliggende neusgat het spuitje langzaam leeg terwijl je een langdurige G-klank zegt. Hierdoor sluit het zachte gehemelte jouw neus af en komt de zoutoplossing zo min mogelijk achter in jouw keel. Als het water toch in de keel komt, smaakt het flauw en niet echt zout. Je kunt dit in de wasbak uitspugen. Meestal loopt het water via het onderliggende neusgat weer naar buiten.
4. Laat het resterende water uit de neus lekken.
5. Draai daarna jouw hoofd en herhaal de bovenstaande stappen bij het andere neusgat.

Verder:

- Spoel jouw neus op deze manier zeker 3x per dag. De eerste dagen na operaties aan de neusbijholten moet dit 6x. Zolang er snot en/of bloed uit jouw neus komt, blijf je spoelen. Het spoelen is, ook bij jarenlange toepassing, volstrekt ongevaarlijk.
- Daarnaast vind je op onze website een handige video over neusspoelen: www.annaziekenhuis.nl/neusspoelen (onder het kopje 'Meer informatie').
- Het is normaal als je vlak na de operatie een beetje bloed verliest tijdens het spoelen. Probeer bij flinke bloedingen de neus zachtjes leeg te blazen en druk vervolgens de neus dicht (soms wel 20 minuten).
- Je mag zo lang blijven spoelen als je denkt dat nodig is of je prettig vindt.

Complicaties

Bij iedere operatie, ook een operatie aan de neusbijholten, is sprake van enig risico. De meest voorkomende complicatie is een infectie of een nabloeding. Indien je bloedverdunnende medicatie gebruikt of lijdt aan een bloedstollingsstoornis dien je dit vooraf aan jouw KNO-arts te melden.

Welk resultaat kun je verwachten

Hierover kunnen wij moeilijk een uitspraak doen, omdat er verschillende redenen bestaan voor een operatie aan jouw neusbijholten (zie 'Wanneer is een operatie nodig?' op pagina 4). Jouw arts probeert zo zorgvuldig mogelijk in te schatten, hoe groot in jouw geval de kans is dat jouw klachten afnemen. Hierbij zal de oorzaak van jouw klachten, jouw gezondheid, de mate waarin jij je aan de leefregels houdt (inclusief het spoelen), jouw verwachting en het risico op complicaties meegewogen worden.

Leefregels na de operatie

- De **eerste week** na ontslag rust nemen.
- Zwaar fysiek werk de eerste **2 weken** vermijden.
- Je mag na **2 weken** weer zwemmen, fietsen/sporten.
- Je mag jouw neus **2 weken niet snuiten**, ophalen mag wel.

- Als je moet niezen, nies dan met open mond.
- Je mag na de behandeling weer baden en douchen, echter niet te heet.
- Tot aan de controle bij jouw specialist, moet je **minimaal 6x daags** jouw neus spoelen (zie kopje 'Neusspoelen na operaties').

Roken

Als je rookt is dit hét moment om hiermee te stoppen! Als je niet wilt of kunt stoppen, wacht dan in ieder geval met roken tot 14 dagen na de ingreep! Dit zal het herstel versnellen en verbeteren.

Controle-afspraak

Het kan gebeuren dat er aan het einde van de operatie tampons in jouw neus zijn geplaatst. In dat geval worden deze de volgende dag, of tijdens eerste controle bij de KNO-arts, uit jouw neus gehaald. Tegelijkertijd wordt jouw neus schoongemaakt. Omdat dit gevoelig kan zijn krijg je eventueel vooraf een verdovende neusspray. Tijdens jouw herstel zul je een aantal nacontroles hebben bij de KNO-arts. Voor deze nacontroles zijn reeds afspraken gemaakt. Zie hiervoor jouw afsprakenkaartje.

Wat te doen bij problemen

Mochten er zich problemen voordoen, dan kun je altijd bellen naar:

Tijdens kantooruren:

8.30 - 17.00 uur : **polikliniek KNO 040 - 286 48 52**

Na 17.00 uur en in het weekend :

SEH (spoedeisende hulp) 040 - 286 48 34
of de dienstdoende huisarts.

Op de dag van de ingreep:

7.00 - 20.00 uur :

afdeling dagbehandeling 040 - 286 48 44
afdeling chirurgie 040 - 286 48 43

Monitoren zorg en kwaliteitsverbetering

Om jouw klachten na de operatie te monitoren en de kwaliteit van onze zorg te verbeteren, willen we jou op een paar momenten graag nog enkele vragen stellen over jouw klachten. Dit zal plaatsvinden op het moment dat je in aanmerking komt voor een operatie en bij jouw laatste controle afspraak.

Heb je nog vragen?

Deze informatie is niet bedoeld als vervanging van de mondelinge informatie, maar als aanvulling hierop. Hierdoor is het mogelijk om thuis alles nog eens rustig na te lezen. Heb je nog vragen, neem dan contact op met de **polikliniek KNO, route 15, telefoon: 040 - 286 48 52**.

Je kunt voor meer informatie ook kijken op <https://www.kno.nl/patienten-informatie/neus/>

Wil je deze informatie online bekijken ga dan naar
www.annaziekenhuis.nl/medische-informatie/kno008-operatie-aan-de-bijholten-van-de-neus/

Of scan met je telefoon of tablet de QR-code.



KNO008
11-01-2018