

NARIZ E IRRIGACIÓN DE LOS SENOS PARANASALES DESPUÉS DE LA CIRUGÍA ENDOSCÓPICA FUNCIONAL DE LOS SENOS PARANASALES

Irrigación con agua y sal

Si usted va a usar irrigación con agua y sal:

1. Compre en su farmacia un aspirador nasal para adultos.
2. Mezcle un octavo ($\frac{1}{8}$) de cucharadita de sal y una (1) cucharadita de bicarbonato de sodio en dos (2) tazas de agua tibia.
3. Eche la solución en el aspirador, sacándole primero todo el aire.
4. Párese delante del lavamanos. Doble su cabeza hacia delante y ponga el aspirador dentro de la nariz pasando el pliegue nasal. Dirija la punta del aspirador hacia la esquina interna del ojo, en el mismo lado que usted está irrigando. Evacue el aspirador, primero con suavidad, y vigorosamente después que se le retiren los expansores.
5. Abra la boca. Deje que la solución caiga en el lavamanos desde su nariz y boca.
6. Irrigue vigorosamente cada fosa nasal con dos (2) aspiradores llenos de solución.
7. Realice estas irrigaciones 2 ó 3 veces al día hasta que se le oriente no hacerlo más. Después de una o dos semanas, el líquido que sale luego de la irrigación debe de ser claro.

Nota: A usted se le puede pedir que use irrigación nasal y también spray de esteroide. De ser así:

1. Primero, irrigue la nariz.
2. Continúe con el spray de esteroide.

Cirugía Endoscópica de los Senos Paranasales

QUÉ DEBE ESPERAR DESPUÉS DE LA CIRUGÍA ENDOSCÓPICA DE LOS SENOS PARANASALES (ESS)

1. Drenaje nasal

Justo después de la cirugía, usted tendrá drenaje en su nariz. Al inicio, puede haber una pequeña cantidad de sangramiento rojo brillante; pero no se alarme. Una pequeña cantidad es normal y puede continuar durante la primera semana. Una venda de gasa será colocada sobre su labio superior para absorber este drenaje. Podría ser necesario cambiar la venda varias veces el día de su cirugía. **Cualquier sangramiento rojo brillante que rebase los diez minutos, o si es cuantioso, debería ser reportado a su doctor inmediatamente.** La sangre vieja, que se acumuló durante la cirugía, es rojo castaño oscuro. Drenará por una semana o más. Ello no es preocupante. El drenaje puede continuar por varias semanas. El drenaje puede ser espeso y de color amarillo verdoso. Esto es también normal.

2. Congestión nasal

En la primera semana después de la cirugía, sentirá su cabeza congestionada. Esto es porque usted tendrá inflamadas las membranas mucosas de su nariz. Esto es normal y esperado. La congestión disminuirá gradualmente en las próximas semanas; así que, por favor, sea paciente. Con posterioridad, debe advertir una mejoría de su respiración nasal. Los tapones nasales pueden o no dejarse después de la cirugía. Si usted tiene estos tapones, será necesario regresar para que el doctor se los quite.

3. Malestar después de la cirugía

Hay algún dolor después de la cirugía. La presión puede incrementarse de alguna manera durante la primera semana. Esto se debe al aumento de la inflamación y la acumulación de secreciones de los senos paranasales. Si se prescribe medicación para el dolor, tómela como se le ordenó. Puede usar Acetaminophen (Tylenol®) de acuerdo con las indicaciones del envase. **No tome aspirina o medicamentos que contengan aspirina.** Estos productos pueden incrementar el sangramiento. Adicionalmente para aliviar el dolor, coloque paquetes de hielo sobre sus mejillas cada tres o cuatro horas por 15 ó 20 minutos. La completa recuperación puede tomar de cinco a seis semanas. Por favor, sea paciente durante este tiempo.

4. Medicamentos

Tome todos los medicamentos como los prescribió su doctor. Usualmente, un antibiótico será ordenado para prevenir una infección. Descongestionantes, sprays nasales y algunas veces esteroides suaves son orientados para ayudar a la cicatrización y el bienestar. Si usted está tomando medicamentos para el dolor, por favor, llame a la oficina durante las horas regulares de oficina si necesita reponerlos. No estamos capacitados para entregar narcóticos fuera de las horas laborales normales. Usted debe asegurarse que tiene suficientes medicamentos para la noche, los fines de semana y días de fiesta. Tenga Afrin en su casa en caso de sangramiento nasal.

5. Sangramiento nasal

Su doctor puede o no haber puesto tapones en la nariz, dependiendo de la situación. Si no se le puso ningún tapón, o se le colocó y luego se le retiró, usted puede experimentar algún sangramiento. Es de gran ayuda tener disponible el spray descongestionante Afrin en caso de que esto pase. Este spray se puede comprar en la farmacia sin prescripción médica. Si hubiese sangramiento, use este spray 2-3 veces. Trate de sentarse o acuéstese con la cabeza elevada y apriete la nariz aplicando presión. También se puede colocar un paquete de hielo sobre la nariz, lo cual debe ayudar a disminuir el sangramiento. Llame si el sangramiento persiste.

6. Visitas post-operatorias

Es muy importante mantener todas las citas después de la cirugía. En estas visitas, el doctor limpiará y examinará el área operada. Esta limpieza previene la fibrosis. La frecuencia de las visitas depende de su índice de curación. Como regla general, usted debe esperar de cuatro a seis visitas durante los primeros dos meses después de la cirugía.

Le recomendamos que coma antes de llegar a su cita.

PRECAUCIONES DURANTE LA PRIMERA SEMANA

1. **Actividad.** Aunque su cirugía pueda parecer una cirugía menor, no lo es. Su cuerpo necesita descanso adicional para la cicatrización. Usted debe planificar estar en su casa el día de la cirugía y el día posterior. Observe si ocurre sangramiento durante este tiempo. Llame a su doctor inmediatamente si usted tiene algún sangramiento rojo brillante que dure más de 10 minutos o si el sangramiento es abundante. Usted debe aumentar sus actividades gradualmente en el período de una semana. Las actividades físicas (nadar, trotar, ejercicios) deben ser reanudadas luego de 2 ó 3 semanas si es aprobado por su cirujano.
2. **No se sople la nariz.** Es importante que usted no se sople la nariz. Usted puede aspirar o irrigar secreciones. Soplándose la nariz pone demasiada presión en el sitio de la operación. Ello puede causar sangramiento. Usualmente, usted puede soplarse la nariz después de la primera visita post-operatoria.
3. **Estornudar.** Si usted tiene que estornudar, hágalo a través de la boca con la boca abierta. Estornudar a través de la boca reduce la presión y el malestar en el sitio de la operación.
4. **No levante objetos pesados.** Evite doblarse hacia delante y levantar objetos pesados (más de 10 libras) durante las primeras tres semanas después de la cirugía. Estas actividades ponen presión en el sitio de la operación y pueden causar sangramiento.

SUGERENCIAS PARA SU BIENESTAR

1. **Mantenga la cabeza elevada con tres almohadas.** Esta posición ayudará a disminuir la inflamación y permitirá mejor drenaje de la secreción nasal.

2. Puede colocar paquetes de hielo sobre sus mejillas cada tres o cuatro horas por 15-20 minutos. Esto ayudará a disminuir la inflamación y la molestia.
3. Use un humidificador de vapor frío en el lateral de su cama la primera semana después de la cirugía. Esto ayudará a disolver las excreciones y prevenir las costras en la nariz.
4. Tome todos los medicamentos como se le prescribieron.
5. **ADVERTENCIA:** No use ninguna aspirina, productos que contengan aspirina o Ibuprofen (ej: Advil, Motrin) durante dos o tres semanas ya que pueden causar sangramiento.

LLAME A SU DOCTOR INMEDIATAMENTE SI USTED TIENE ALGO DE LO SIGUIENTE:

1. Cualquier problema de visión, tales como:
 - pérdida de visión
 - visión doble
 - ojos negros
 - protrusión de uno o de ambos ojos
2. Rigidez de nuca (si usted no es capaz de tocar su pecho con su mentón), además de fiebre, cansancio y marcado dolor de cabeza.
3. Fiebre de más de 101°F

Si usted tiene algunas preguntas o preocupaciones, por favor, llame a su doctor al (704)868-8400.

Para información adicional acerca de problemas de garganta, nariz u oídos, por favor, visite nuestra página de internet www.carolinaent.org y/o la página de internet @ www.entnet.org de la Academia Americana de Otorrinolaringología-Cirugía de Cabeza y Cuello.