

CHIRURGIE DU NEZ

Nous vous fournissons les instructions ci-dessous pour vous aider à planifier vos soins et votre rétablissement après votre opération.

1. Un adulte responsable devrait vous raccompagner à la maison et passer la nuit avec vous.
2. Assurez-vous de bien vous reposer pendant les quelques jours suivant l'opération. Reprenez vos activités habituelles graduellement.
3. Dans les 24 heures suivant l'opération, vous ne devriez pas conduire un véhicule à moteur, utiliser de la machinerie ou exécuter des tâches qui exigent de l'habileté, de la coordination ou du jugement ni prendre de décisions de nature juridique
4. Prenez tous vos médicaments habituels comme vous les preniez avant votre opération, à moins d'indication contraire.
5. Reprenez votre régime alimentaire ordinaire dans la mesure où vous pouvez le tolérer. Pendant les 24 heures suivant votre opération, ne consommez pas de boissons alcoolisées, y compris de la bière et du vin, ni de drogues à usage récréatif.
6. Il est important de vous vider la vessie (uriner) dans les six heures suivant votre retour à la maison. Si vous n'urinez pas, allez au service des urgences de l'hôpital le plus près.
7. La douleur et l'inconfort sont généralement minimales. Prenez des analgésiques comme prescrit. Essayez d'éviter la constipation en mangeant des aliments riches en fibres, en buvant beaucoup de liquides et en utilisant un émoullient fécal ou un laxatif doux si nécessaire. Votre pharmacien local peut vous aider à choisir ces produits.
8. Suivez les instructions concernant les gouttes nasales et les pommades si elles sont prescrites. Recette de gouttes nasales : ½ c. sel de mer dissous dans 1 tasse d'eau tiède ou vous pouvez utiliser une brume nasale saline 3 à 4 fois par jour.
9. Vous recevrez des instructions sur la façon de retirer votre emballage nasal, le cas échéant. Une fois l'emballage nasal retiré, vous pouvez prendre une douche.
10. Vous pouvez avoir une attelle de protection ; laissez agir jusqu'à ce que vous soyez vu par un médecin. Recollé si nécessaire après plusieurs heures. Garder au sec jusqu'à ce que l'attelle ait été retirée.
11. Vous pouvez vous attendre à une bouche sèche et à un mal de gorge en raison de l'opération et de la respiration buccale. Un vaporisateur à « vapeur froide » à votre chevet et un rinçage fréquent de la bouche avec un rince-bouche ou de l'eau salée soulageront ces symptômes.

CHIRURGIE DU NEZ

12. Évitez de vous moucher pendant 3 jours puis soufflez **doucement** seulement.
13. Vous pouvez vous attendre à un gonflement du nez et à une sensation désagréable de congestion nasale. Ne vous inquiétez pas, car cela s'atténuera lorsque l'emballage nasal sera retiré et que l'enflure diminuera.
14. Gardez la tête haute. Utilisez deux oreillers lorsque vous vous allongez.
15. Il peut y avoir des saignements par le nez. Changez le pansement nasal si nécessaire et selon les instructions. Si le saignement est excessif et persiste, inclinez-vous, appliquez une pression sur le nez et appliquez un sac de glace. Le saignement devrait diminuer.
16. Continuez avec du sel de mer et des rinçages à l'eau deux fois par jour dans chaque narine jusqu'à ce que vous voyiez votre médecin dans 2 semaines.
17. Appelez votre médecin ou obtenez des soins médicaux dans les situations suivantes :
 - Vous avez des signes d'infection, par exemple une fièvre et des frissons.
 - Il y a une rougeur, une enflure, une intensification de la douleur autour de l'incision ou, encore, un saignement excessif ou un écoulement provenant de l'incision.
 - Vous avez une toux, un essoufflement ou une douleur à la poitrine.
 - Vous éprouvez une douleur que vous n'arrivez pas à maîtriser avec les médicaments qu'on vous a donnés.
 - Vous avez des nausées ou des vomissements que vous n'arrivez pas à maîtriser ou qui persistent pendant plus de deux jours après l'opération.
 - Vos jambes, vos pieds ou vos mollets sont douloureux ou enflés.

Si vous avez des inquiétudes :

- ... appelez votre chirurgien ou votre médecin
- ... ou appelez Télésanté, au 1 866 797-0000
- ... ou allez au Service des urgences de l'Hôpital général de la baie Georgienne.

18. Le lendemain de votre opération, appelez le bureau de votre chirurgien pour fixer un rendez-vous de suivi dans deux semaines.

Instructions particulières :
