

## Emlékeztető

### Orr-, és orrmelléküreg-műtét után az osztályunkról távozó betegek részére

Mivelhogy a sebgyógyulás a kórházból való távozás után csak 10-14 nappal fejeződik be teljesen, így ezen idő alatt kímélő életmód javasolt.

Kerülendő minden olyan tevékenység, amely a fejben nyomásemelkedést, vérbőséget hoz létre.

Semmiért ne hajoljon le – mindenért le kell guggolni.

Kádban fürdés helyett zuhanyzás ajánlott; egy hétig haját ne mosson és óvatosan fésülködjön, haját, fejét ne dörzsölje.

Házasedletet (csak egy hétig) ne éljen.

Nagytakarítást – porszívózást – ne végezzen, mosásnál a ruhacsavarást mellőzze.

Bevásárlásnál az 5 kg-os szatyor már nehéz!

Zárt légterű helységet, ahol sokan tartózkodnak – mozi, színház, diszkó, templom, stb. – ne látogasson. (A tele-köhögött, tüszögött levegő belégzése sebgyulladást idézhet elő.)

Tömegközlekedésen utazhat. Autót vezethet óvatosan.

Szabad levegőn sétálhat a lakóhelye környékén. Tűző napsütés (szolárium) kerülendő.

Strandra ne menjen. Télen hógolyózni, szánkózni, síelni két hétig nem szabad.

Nagy fizikai terhelést, intenzív sportot, illetve úszást, szaunát egy hónap múlva vállalhat.

Repülőgépre szintén egy hónap múlva ülhet.

Az orrüregből egy-két hétig savós-nyákos váladék szivároghat, vagy a váladék, pörk formájában, az orrüregben megkeményedhet. Ennek puhítására orrkenőcs és orrolaj használatát javasoljuk; az orrát azonban, kérjük, ne fújja ki.

A műtétet követően szénsavas ital (sör!), tömény szesz, valamint csípős, erős, forró étel fogyasztását kerülje (pl.: hamburger, pizza, kínai étel, halászlé, csípős kolbász, paprikás szalámi, csípős savanyúság, hagyma, csípős paprika, túl fűszeres étel, citromos, narancsos, meggyes ital).

Hőemelkedés előfordulhat, azonban lázcsillapító bevitelére sem szűnő, 38 C-fok feletti láz esetén keresse fel osztályunkat, vagy forduljon házi orvosához.

Utóvérzés a műtét után 1-2 hétig – igen ritkán – előfordulhat. Pár perc alatt sem szűnő, csöpögő orrvérzés, vagy masszív véres köpések esetén haladéktalanul orvosi segítségre van szükség! Hétköznap, ha van osztályunkon ügyeletes orvos (érdeklődjön telefonon a 455-8100/8535-ös melléken), és ha azt fél órán belül eléri, akár éjjel-nappal jöjjön vissza, ellenkező esetben, illetve hétvégén az ügyeletes fül-orr-gégészeti osztályhoz forduljon, melyről a Központi Ágnyilvántartó ad felvilágosítást – Tel: 311 60 00.

Erősebb vérzés esetén azonnal hívjon mentőt!