

## ماذا تتوقع من عملية الأنف والجيوب الأنفية بالمنظار؟

د/ سعد عبدالرزاق الصالح

### استشاري جراحة الأنف والجيوب الأنفية

#### فترة ما بعد العملية

- **النزيف:** توقع وجود إفرازات مختلطة بالدم من الأنف لمدة 3-5 أيام بعد العملية، وهذا سيقبل تدريجياً مع الوقت.
- **ألم الوجه:** هذا قد يحدث عادة بعد العملية الجراحية. حاول أن تتفادى أخذ الاسبرين أو أي من مضادات الالتهاب مثل البروفين وذلك لأنها قد تؤدي إلى زيادة النزيف. تستطيع أخذ أي من المسكنات التي تحتوي على الأسيتمينوفين مثل البانادول وهو بالعادة كافي للتخلص من الألم. مع العلم أنه سيتم صرف مسكنات ألم أقوى إذا لم تكن هذه كافية.
- **ألم الحنجرة:** هذا قد يحدث نتيجة أنبوب التنفس الذي يستخدمه أطباء التخدير أثناء العملية. غالباً يخفني بطريقة عفوية خلال أيام.
- **التعب والخمول:** قد تحس بشعور عام بالتعب والارهاق بعد التخدير والعملية الجراحية، وهذا الشعور يتحسن خلال فترة أسبوع.
- **مواعيد العيادة:**
- الزيارة الأولى (10-4 أيام بعد العملية): يتم إزالة الدعامات وتنظيف الأنف والجيوب الأنفية من الإفرازات ويقايا الأنسجة وذلك لتحسين فرصة الشفاء وتفاذي الالتهابات.
- الزيارة الثانية (6-3 أسابيع بعد العملية): يتم فحص الجيوب الأنفية، وإجراء إجراءات بسيطة لتحسين الالتئام وزيادة نسبة الشفاء عند الحاجة مثل (إزالة الالتصاقات، تنظيف عميق للجيوب الأنفية).
- الزيارة الثالثة وباقي الزيارات: سيتم تحديدها بناء على حالتك ومدى حاجتك لزيارات متقاربة.
- **شطف الأنف:**
- استخدم محقنة (60 مل) مليئة بمحلول ملحي، بحيث يكون رأس المحقنة داخل فتحة الأنف حتى يصل إلى كامل تجويف الأنف والجيوب الأنفية.
- اثني رأسك تجاه المغسلة وادخل رأس المحقنة في فتحة الأنف مع إمالتها باتجاه العين، اشطف كل من فتحتي الأنف وادفع المحلول بقوة متوسطة.
- اشطف 60 مل في كل من فتحتي الأنف بحيث يكون مجموعها 120 مل، كرر هذه العملية 3 مرات في اليوم أو أكثر يومياً حتى موعد الزيارة الأولى.
- قد يعطيك طبيبك تعليمات بإضافة (انبولة بوليميكورت 0.5مجم/2مل) إلى 250 مل من المحلول الملحي، وهذا يساعد على تقليل الالتهابات في الجيوب الأنفية.
- اغسل المحقنة بعد كل استخدام ودعها تجف تلقائياً
- ابدأ بشطف الأنف باستخدام المحلول من أول يوم بعد العملية الجراحية.
- سيتم صرف أدوية لك قبل الخروج عبارة عن مضادات حيوية، بريدنيسون، محلول لشطف الأنف و/أو أدوية للألم. الرجاء الالتزام بتعليمات الصيدلية والطبيب وأخذها بالشكل المطلوب.
- يحتاج التئام الجيوب الأنفية بشكل كامل إلى مدة قد تصل إلى ثلاثة شهور، واحتمال حدوث التصاقات أو التهابات وارد جداً في هذه الفترة إذا لم يتم الالتزام بتعليمات الطبيب بخصوص الأدوية أو مواعيد زيارة العيادة.
- تجنب الاجهاد وممارسة الرياضة بشكل كثيف لمدة أسبوعين بعد العملية.
- تجنب أن تنحني برأسك إلى الأمام، وينصح بالصلاة في وضعية الجلوس وتفاذي السجود لمدة 3-4 أيام بعد العملية.

- بإمكانك نثر الأنف بلطف بعد 3-4 أيام من العملية.
- في حال العطاس، يجب فتح الفم.
- ممكن العودة إلى العمل بعد 4-10 أيام من العملية، ولكن هذا يعتمد على نوع العملية التي أجريت ونوع النشاط البدني أثناء العمل.
- من الممكن الاستحمام في اليوم الثاني من العملية، ويفضل الاستحمام بالماء الدافئ (تفادى الماء الحار) واحرص على عدم دخول الماء إلى التجويف الأنفي.
- يرجى تجنب استخدام مياه الصنبور لشطف الأنف للوضوء في 3-4 أسابيع الأولى، وبالمقابل استخدام المحلول الملحي المعقم المخصص لشطف الأنف.
- بإمكانك السفر باستخدام الطائرة من بعد الزيارة الأولى في العيادة، فيما عدا إذا نصحك طبيبك بغير ذلك.
- في حال ارتفاع درجة الحرارة (فوق 38.5 درجة مئوية)، ألم شديد بالوجه أو صداع لا يستجيب للمسكنات، انتفاخ حول العينين، أو نزيف حاد من الأنف في الأسبوع الأول بعد العملية، يرجى الحضور إلى قسم الطوارئ في مستشفى الملك عبد العزيز الجامعي في أسرع فرصة.
- لأي أسئلة أخرى الرجاء ارسال ايميل للدكتور/ سعد الصالح على العنوان التالي [alssaad@ksu.edu.sa](mailto:alssaad@ksu.edu.sa)