

Anleitung zur postoperativen Nasenpflege

Eine Nasenoperation ist ein Eingriff in die Integrität der Nase und kann daher ihre Funktion wesentlich stören. Dies führt anfänglich zu Krusten, zähem Schleim, vereinzelt Nasenbluten sowie einer verstopften Nase.

Ich möchte Ihnen die Zeit bis zur vollständigen Abheilung der Nase mit einigen pflegerischen Tipps erleichtern:

- Sorgen Sie für ausreichend befeuchtete Raumluft.
- Meiden Sie trockene Heizungsluft, Klimaanlage, Staub und Zigarettenrauch, da diese Ihre Schleimhaut zusätzlich verstärkt austrocknen.
- Nach erfolgter Nasenscheidewand-/Nasengerüst-/Nebenhöhlenoperation einschließlich kosmetischen Operationen der Nase befinden sich zur Stabilisierung der Nasenscheidewand Kunststoffschienen in der Nase (für mehrere Tage). In dieser Zeit können Sie die Nase mit antibiotischen Salben z.B. Nebacetin oder Baneocin 2-3x täglich pflegen, um eine Austrocknung und Infektion zu verhindern.
- Nach Entfernung der inneren Schienen ist in der Regel eine weitere Pflege der Nase bis zur vollständigen Abheilung mit panthenolhaltiger Nasensalbe z.B. Bepanthen, Emser-Nasensalbe o.a. Salben für 1 Woche erforderlich.
- Nasensalben und Nasenöle nicht länger als 2 Wochen anwenden, da Öle die Flimmerhärchen der Schleimhaut verkleben.
- Vorsichtiges Schnäuzen ist nach erfolgter Nasenoperation in der Regel bereits nach 5-7 Tagen möglich.
- Nach erfolgter Nasennebenhöhlenoperation ist ein vorsichtiges Schnäuzen nach einer Woche erlaubt, bis dahin besteht absolutes Schnäuzverbot.
- Zur Beschleunigung der Abheilung und Prophylaxe von z.B. nachwachsenden Polypen verordne ich in der Regel ein kortisonhaltiges Nasenspray 2x täglich.
- Bei Operationen des Nasenprofils: Keine Sonnenbäder, keine direkte Sonnenbestrahlung, keine Stöße an das Nasengerüst, kein Solarium, dafür aber 10 Wochen Sonnencreme auf die Nase.

Salzwasserspülungen zur Schleimhautpflege

- Salzwasserspülungen der Nase oder in der Apotheke erhältliche Nasenduschen oder Meerwassersprays 3 – 4x täglich zur Schleimhautpflege beschleunigen wesentlich die Abheilung der Nase und Nasennebenhöhlen und können auch nach erfolgter Abheilung zur Prophylaxe und Verbesserung der Nasenfunktion fortgeführt werden.
- Um eine isotonische Salzpüllösung herzustellen, geben Sie 1 bis 2 Messerspitzen Kochsalz in ein Glas mit lauwarmem Wasser.
- Anschließend etwas Wasser in die hohle Hand geben und in die Nase hochziehen. Das Wasser in der Nase durch „Schnüffeln“ hin und her bewegen und nicht in den Rachen fließen lassen. Das Wasser wieder durch die Nase mit mäßigem Druck ausschnauben.
- Mehrmaliges Wiederholen des Vorganges, bis die Nase frei und durchgängig ist.
- Diesen Vorgang mehrmals am Tag, mindestens morgens und abends durchführen.