



CONSEILS POSTOPÉRATOIRES

Chirurgie des sinus

- Sinuscopie
- Ethmoïdectomie
- Sphénoïdotomie
- Résection des polypes
- Endoscopie naso-sinusale



Dr. Antoine Bergeron
ORL & Chirurgie cervico-faciale

CONSEILS POSTOPÉRATOIRES

PRÉAMBULE

Ce document a été conçu afin de répondre à vos questionnements et de vous fournir les informations nécessaires pour vous préparer aux soins postopératoires d'une **chirurgie des sinus**.

Le contenu est rédigé de façon à présenter un portrait générique des soins postopératoires requis. Si des indications précises à votre condition vous ont été présentées par votre chirurgien, celles-ci prévalent sur ce document. En cas de contradiction, veuillez vous référer **en priorité aux conseils donnés par votre chirurgien soignant**.

Les consignes postopératoires suivantes vous sont présentées par catégorie, en passant du soin de vos plaies jusqu'à la reprise des activités normales. En tout temps, référez-vous à ce document pour favoriser une bonne convalescence.

Pour une urgence, consultez les sections « QUAND CONSULTER » et « NOUS CONTACTER ».

Au plaisir et bon rétablissement,



D^R Antoine Bergeron, MD

SOULAGEMENT DE LA DOULEUR

- Il est possible que vous ressentiez de la douleur au nez et à la tête jusqu'à deux (2) semaines après l'opération.
- Pour votre confort, prenez les analgésiques prescrits par votre médecin, au besoin.
- Pour diminuer la douleur ou l'enflure, vous pouvez appliquer des compresses froides ou de la glace, au niveau du visage pendant quinze (15) minutes, quatre (4) fois par jour, pour vingt-quatre (24) à quarante-huit (48) heures.

ALIMENTATION

- Après l'opération, débutez l'alimentation par des liquides, dès que vous pourrez. Par la suite, vous pourrez réintégrer des repas de façon progressive, selon votre tolérance.

- Durant la première semaine, évitez les mets épicés ou très chauds pour ne pas irriter votre nez.
- Buvez régulièrement de l'eau, afin de bien vous hydrater et d'éviter la sécheresse dans votre bouche.

HYGIÈNE

- Évitez de vous moucher vigoureusement pour une semaine.
- Vous pouvez nettoyer l'entrée de vos narines avec un linge doux et de l'eau tiède ou un coton-tige.
- N'utilisez pas de mouchoir en papier pour frotter votre nez
- Vous pouvez prendre un bain ou une douche après une chirurgie des sinus.

SOINS DE PLAIE

- Vous n'aurez aucun pansement < à la suite de votre chirurgie des sinus, sauf dans certaines circonstances. Si tel est le cas, vous en serez avisé.e.
- Une solution saline en vaporisateur vous sera prescrite. Vous devez en faire une application généreuse trois (3) fois par jour jusqu'au premier nettoyage de vos sinus fait par votre chirurgien, sept (7) à quatorze (14) jours après l'opération.
- Vous aurez un antibiotique à prendre par la bouche afin d'éviter une infection.

REPRISE DES ACTIVITÉS

- Reprenez progressivement vos activités régulières après cinq (5) jours de repos.

- Vous ne pouvez pas conduire votre véhicule pour les vingt-quatre (24) à quarante-huit (48) heures suivant l'opération.
- Dans le cas d'enflure du nez, en position couchée, surélevez la tête à l'aide d'oreillers.
- La congestion nasale est normale et se résorbe environ deux (2) semaines après l'opération.
- Ne pratiquez pas de natation pendant un mois.
- Ne fumez pas et évitez les endroits enfumés pendant quatre (4) semaines pour ne pas irriter vos voies respiratoires.
- Ayez un humidificateur dans votre environnement.
- C'est votre médecin qui vous avisera de la durée de votre convalescence selon les

exigences de votre emploi ou de votre retour en classe.

VISITE DE CONTRÔLE

- L'infirmière vous informera des modalités de prise de rendez-vous, s'il y a lieu.
- Un premier rendez-vous devra être pris avec votre chirurgien sept (7) à quatorze (14) jours postopératoires afin de faire un nettoyage de vos sinus.

QUAND CONSULTER ?

- En présence de fièvre, de plus de 38,5 degrés Celsius qui perdure pendant plus de vingt-quatre (24) heures, après l'opération.
- En cas de saignement nasal abondant et non résolutif après

avoir appliqué une pression pendant vingt (20) minutes. Il est normal d'avoir du sang dans ses sécrétions en légère quantité pour une semaine.

- En cas d'écoulement purulent.
- En cas d'écoulement de liquide clair comme de l'eau.
- S'il y a une augmentation de la douleur malgré la médication.
- En cas de changement et/ou de perte de vision.
- Noter qu'il est normal de ressentir une perte d'odorat les jours suivant une chirurgie des sinus.

NOUS CONTACTER

Clinique ORL du Saguenay

Tél. : (418) 545-9989

Au besoin, consultez votre chirurgien. Dans l'incapacité de joindre Dr Bergeron, communiquez avec Info-Santé au **811**.

Ou consultez à l'urgence de l'hôpital de Chicoutimi.

RESSOURCES ET RÉFÉRENCES

- Centre de santé et de services sociaux de Chicoutimi, programmation et planification chirurgicale, Conseil postopératoires, Endoscopie Naso-Sinusale, 2003, 2p.
- Mathieu, Johanne et Pierrette Chailier, Guide Chirurgies des sinus : Chirurgie endoscopique de sinus ; sinusoscopie, ethmoïdectomie, sphénoïdotomie, résection polypes, Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke, 2001, 16 p