Neusspoeling na een neusoperatie

Informatie voor patiënten

Na een operatie aan je neus of neusbijholten is goede nazorg belangrijk. Neem de tijd om onderstaande informatie zorgvuldig door te nemen en volg de adviezen op de keerzijde goed op.
Zo bevorder je een vlot herstel en verklein je de kans op complicaties.

VEELVOORKOMENDE KLACHTEN

De eerste dagen na de ingreep en tijdens je herstel kan je last hebben van:

- verstopte neus
- lichte tot matige neusbloeding
- slijm, etterig slijm of bloed bij het snuiten
- korstjes in de neus
- minder goed kunnen ruiken
- lichte pijn of druk in de neus en het aangezicht
- hoofdpijn of druk rond de ogen
- druk op de tanden of pijn in de kaken
- extra slijmvorming tijdens of vlak na het spoelen
- slijmen in de keel
- niezen of hoesten
- algemeen onwel gevoel

Deze klachten maken deel uit van het normale herstel. Ze zijn meestal tijdelijk en nemen tijdens de eerste weken na de ingreep geleidelijk aan af.

Neem contact op met je behandelend arts:

- als je een hevige neusbloeding krijgt die niet vanzelf stopt
- als je koorts krijgt (vanaf 38,5 °C) of je je duidelijk ziek voelt
- als je toenemende pijn krijgt die niet afneemt of plots verergert
- als je ongerust bent over je herstel

CONTROLE

Kom naar de geplande controleafspraak bij je NKO-arts. Tijdens deze afspraak bekijken we hoe je herstel vordert en verwijderen we zo nodig korstjes uit je neus.

CONTACT

Bij vragen, problemen of ongerustheid kan je contact opnemen met je behandelend arts of de dienst neus-, keel- en oorziekten.

• Neus-, keel- en oorziekten (NKO)	016 33 23 50
• Algemeen contactnummer UZ Leuven	016 33 22 11

NEUSSPOELING MET EEN NEUSKANNETJE

Voor een optimaal herstel spoel je 3 weken lang, 3 keer per dag de neus via beide neusopeningen. Dit stappenplan helpt je om die neusspoeling correct uit te voeren. Dat is belangrijk voor de wondgenezing.

Stap 1: Neem 1 liter mineraalwater en voeg er ongeveer 9 gram keukenzout of zeezout (een afgestreken soeplepel) aan toe. Gebruik je een fles van anderhalve liter? Voeg dan 13,5 gram of anderhalve soeplepel keukenzout toe. Bewaar de zoutoplossing in de koelkast. Eén liter is ruim voldoende voor drie neusspoelingen.

Stap 2: Verwarm 3 deciliter zoutoplossing (de hoeveelheid van één volle neuskan) tot ongeveer 37 °C. Je kan het water rechtstreeks in de neuskan opwarmen in de microgolf, of in een pannetje op het vuur. Controleer de temperatuur met een thermometer. Enkele graden verschil kunnen geen kwaad, maar te warm of te koud water kan prikkelend en pijnlijk zijn.

Stap 3: Giet de verwarmde zoutoplossing in het neuskannetje.

Stap 4: Ga voor de wasbak zitten en bedek eventueel je bovenlichaam met een handdoek. Hou je hoofd een beetje schuin en buig licht voorover (zeker niet achterover).

Stap 5: Breng het uiteinde van het neuskannetje tegen de bovenste neusopening en kantel het kannetje zodat het water in je neus loopt (zie foto). Adem rustig in en uit door je mond. Het water zal langs de andere neusopening naar buiten lopen. Als er water in je keel loopt, mag je dit gewoon inslikken. Dit zal na enkele spoelbeurten niet meer gebeuren.



Stap 6: Wanneer de helft van het water is doorgelopen, kantel je je hoofd de andere kant op. Plaats het neuskannetje tegen de andere neusopening en laat de rest van het water door je neus lopen.

Stap 7: Snuit rustig je neus.

Ontwerp & realisatie: dienst communicatie UZ Leuven | 700033_v102026