

RECOMENDACIONES DE CUIDADOS AL ALTA HOSPITALARIA CIRUGÍA ENDOSCÓPICA NASOSINUSAL

- Reposo domiciliario durante 2 días, y luego relativo, evitando realizar esfuerzos físicos, como levantar pesos o hacer deporte, durante 2 semanas.
- Dieta blanda y en cantidad moderada las primeras 24 horas y luego dieta normal.
- Duerma preferiblemente boca arriba y ligeramente incorporado.
- Durante el tiempo que tenga el taponamiento nasal es normal que éste rezume algo de sangre y secreciones. Si le resulta más cómodo, puede colocar una gasa bajo la nariz sujeta con esparadrapo de papel para recoger las secreciones, y cambiarla a menudo. También es normal que se note congestionado, que le duela la cabeza, que le lloren los ojos, que note los oídos algo taponados y que estornude con frecuencia. Estas molestias desaparecerán cuando le retiren el taponamiento.
- En caso de tener que estornudar, hágalo con la boca abierta, para evitar una excesiva presión sobre la nariz.
- Una vez retirado el taponamiento, si tiene que sonarse, hágalo con suavidad.
- Deberá evitar el estreñimiento; en caso necesario utilice laxantes suaves.
- Es normal que tenga la boca reseca, al no poder respirar por la nariz.
- Es normal que tenga algo de dolor e inflamación, tanto en la nariz como en los pómulos o en los ojos.
- Es normal que durante los primeros días tras la intervención, tras retirar el taponamiento, la mucosidad nasal o la saliva estén ligeramente teñidas de sangre.
- Deberá seguir el tratamiento que se le indicó al alta.
- En caso de que presente sangrado abundante por nariz o boca, dolor muy intenso que no ceda con los analgésicos recomendados, fiebre superior a 38°C, o alteraciones visuales o de la conciencia, deberá acudir a Urgencias.

