

Keel-, Neus- en Oorheelkunde

# Nabehandelingsvoorschrift voor neus- en neusbijholteoperaties

## Contactgegevens Alrijne Ziekenhuis

**Alrijne Ziekenhuis Leiden**  
Houtlaan 55  
2334 CK Leiden  
071 517 8178

**Alrijne Ziekenhuis Leiderdorp**  
Simon Smitweg 1  
2353 GA Leiderdorp  
071 582 8282

**Alrijne Ziekenhuis Alphen aan den Rijn**  
Meteoorlaan 4  
2402 WC Alphen aan den Rijn  
0172 467 467

**U heeft een operatie ondergaan aan de neus of de neusbijholte. In deze folder vindt u informatie over de nazorg.**

## Nazorg

- De eerste dagen (na eventuele tamponverwijdering) de neus niet uitsnuiten, maar voorzichtig "ophalen".
- De eerste dagen na de operatie niet te warm douchen of baden. Ook niet te warm drinken. Zeker de eerste twee weken de neus twee tot drie keer per dag spoelen met 'zout water'. Dit is het gemakkelijkst met een spoelfles zoals de nasofree neusdouche. U kunt deze verkrijgen bij de polikliniek KNO. Neusdouches zijn ook te bestellen via [www.kno-winkel.nl](http://www.kno-winkel.nl)  
Zout water kunt u zelf maken. Dit doet u door **een volle theelepel keukenzout op te lossen in een halve liter lauw water** (lichaamstemperatuur). U hoeft dit water niet te koken, u mag het gewoon mengen uit de kraan. U kunt de neus spoelen door het water op te snuiven en uit te spugen.  
**Let op: geen druk zetten op de neus!**
- Bij **neusverstopping** kunt u enkele dagen neusdruppels (bijvoorbeeld Xylometazoline (Otrivin®)) gebruiken. Deze neusdruppels kunt u zonder recept bij de apotheek of drogist kopen.
- Bij **korstvorming** in de neus, kunt u de neus met neuszalf behandelen. Een recept voor deze zalf krijgt u bij ontslag mee, of kunt u krijgen bij de polikliniek KNO. Doe wat neuszalf op de pink en strijk dit aan de binnenzijde van de neusvleugel af. Daarna de neus voorzichtig 'ophalen'.
- In geval van een **bloedneus** voorzichtig (in een handdoek) een of twee keer uitsnuiten en zo nodig neusdruppels in de neus druppelen (dit knijpt de bloedvaatjes dicht). Raak niet in paniek, maar neem plaats in een zittende, licht voorovergebogen houding. Ijsblokjes in de mond nemen en tegen het verhemelte houden. De meeste bloedneuzen stoppen op deze manier.

## Contact opnemen met het ziekenhuis

Neem contact op met de polikliniek KNO of met de huisarts bij:

- aanhoudende bloedneus,
- aanhoudende heftige hoofdpijn,
- hoge koorts en/of
- kloppende pijn in de neus.

## Vragen

Heeft u nog vragen en/of opmerkingen naar aanleiding van deze folder, stelt u deze dan aan de baliemedewerker van de polikliniek.

De polikliniek KNO Alrijne Ziekenhuis Leiden heeft routenummer 17 en is van maandag tot en met vrijdag telefonisch te bereiken via 071 517 8474 tussen 08.30 en 16.30 uur.

De polikliniek KNO Alrijne Ziekenhuis Leiderdorp heeft routenummer 19 en is van maandag tot en met vrijdag telefonisch te bereiken via 071 582 8051 tussen 08.30 en 16.30 uur.

De polikliniek KNO Alrijne Ziekenhuis Alphen aan den Rijn heeft routenummer 44 en is van maandag tot en met vrijdag telefonisch te bereiken via 0172 467 051 tussen 08.30 en 16.30 uur.

14.12, 11\_18