

Een operatie tegen slaapapneu en/of snurken

U heeft last van snurken en/of van het obstructief slaapapneusyndroom (osas). In overleg met uw arts heeft u besloten om hiervoor een operatie te ondergaan. In deze folder leest u meer over de operatieve behandelingen hiervoor en adviezen voor na de operatie.



Rijnstate

*Neem altijd uw
verzekeringsgegevens
en identiteitsbewijs mee!*

Vorbereiding op de operatie

- Gebruikt u een CPAP, neemt u deze dan mee bij de opname.
- Kom nuchter naar het ziekenhuis, zoals de anesthesist met u heeft afgesproken.
- Neem ook deze folder mee bij de opname.

Operatieve behandeling

De volgende operaties kunnen helpen als u last heeft van een licht tot matig osas en/of van snurken:

1. (UPPP/TE). Het verkleinen van het zachte verhemelte (UPPP) en/of het verwijderen van de keelamandelen (TE). Deze operatie vindt plaats onder algehele narcose. Het nadeel van deze ingreep is dat u na de operatie vrij veel pijn heeft en 10-14 dagen (of soms langer) niet kunt werken. U kunt meestal de dag na de operatie weer naar huis.
2. (Celon of RFITT). Het verkleinen van het zachte verhemelte, keelamandelen en/of tongbasis door middel van hoogfrequente energie (Celonmethode of RFITT). Tijdens een algehele narcose brengt de specialist een naaldelektrode in het weefsel in uw verhemelte, keelamandelen en/of tongbasis in. Met deze elektrode wordt het weefsel door de afgifte van radiofrequente golven verhit. Hierdoor treedt na enige tijd littekenvorming op. Het weefsel verschrompelt (wordt stugger) en kan niet meer meetrillen. Deze behandeling is vrijwel pijnloos. U moet een dag (en soms een nacht) in het ziekenhuis blijven. De dag na de behandeling kunt u uw dagelijkse activiteiten meestal weer hervatten. Dit hangt er wel vanaf of er nog een andere behandeling heeft plaatsgevonden.

3. (HTP) Het operatief naar elkaar toe brengen en hechten van het tongbeen (plek onder de kin waar de tong aan vast zit) en het schildkraakbeen (plek waar de schildklier omheen zit). Dit heet ook wel hyoidoathyroidopexie (HTP). Dit hangt af van hoe vlot u herstelt. Deze ingreep zorgt ervoor dat uw tong naar voren en naar boven wordt gehouden, zodat deze tijdens de slaap uw luchtweg niet meer kan blokkeren. Over het algemeen treden er weinig complicaties op. U hoeft niet bang te zijn voor blijvende slik- of stemproblemen. Meestal kunt u de dag na de operatie weer naar huis.

Operatieve behandelingen voor alleen snurken worden niet vergoed door de verzekeraar.

Na de operatie

- Op de afdeling wordt u na de operatie halfzittend verpleegd, tevens wordt u aangesloten op een bloeddrukmeter met daaraan een vingerknijper voor het meten van uw zuurstofgehalte in het bloed.
- U heeft een infuus dat tot de volgende dag blijft zitten en een knijper(saturatie meter) aan uw vinger om het zuurstofgehalte in het bloed te meten.
- 's Nachts wordt u om elke drie uur gewekt om te drinken (na een UPP/TE).
- Na de ingreep kunt u tijdelijk harder snurken door zwelling.
- U kunt last hebben van uitstralende pijn naar uw oor. Dit trekt na verloop van tijd vanzelf weg.

Adviezen voor thuis

Mobiliteit/activiteit

- De eerste 24 uur na de ingreep mag u niet zelf autorijden.
- Verricht de eerste twee weken geen zware arbeid.
- Lichte dagelijkse activiteiten zijn toegestaan.
- Vermijd bukken, op de hurken gaan zitten en persen. Dit verhoogt druk op uw voorhoofd.
- Ga de eerste twee weken niet zwemmen of in de zon liggen. Door de warmte zetten uw bloedvaten uit, wat meer kans op een nabloeding geeft.
- Het tijdstip voor het hervatten van uw werk is afhankelijk van uw beroep. U spreekt met uw behandelend arts af wanneer u weer mag gaan werken en sporten.

Voeding

In principe kunt u normaal eten, maar let op de volgende regels:

- drink de eerste zeven dagen geen koolzuurhoudende dranken (prik) en gebruik niet te veel kruiden.
- zorg ervoor dat u minimaal anderhalve liter per dag drinkt, bij voorkeur koude dranken. Ook kunt u waterijsjes eten. Dit voorkomt uitdrogen en het ontstaan van stolsels en zorgt ervoor dat de bloedvaten eerder dichtgaan.
- Drink langzaam. Het kan zijn dat tijdens het drinken wat vloeistof door uw de neus komt. Dit komt door het inkorten van uw huid en is tijdelijk.
- Nuttig geen donkerrode voeding of donkerrood drinken, omdat bij braken anders moeilijk te zien is of er wel of geen bloed in zit.

Lichamelijke hygiëne

- Laat het wondverband zitten tot de policontrolre.
- Ga de eerste week na de ingreep zo min mogelijk naar buiten om infectie van de wond te voorkomen.
- Rook de eerste twee weken niet.
- Als u een uitwendige wond heeft, mag u niet douchen en scheren tot na uw poliklinische controle (na ongeveer 7-12 dagen). Uw verband mag namelijk niet nat worden.
- Zorg ervoor dat u niet fluistert, maar duidelijk praat.

Medicijnen

- Gebruik vier keer daags één of twee tabletten paracetamol (500 mg).
- Gebruik twee tot drie maal daags een tablet Naprosyne (naproxen) (500 mg) OF twee tot drie maal daags diclofenac (50mg).
- Paracetamol wordt niet vergoed. U kunt paracetamol kopen bij de apotheek of drogist. Voor de naproxen en diclofenac krijgt u een recept mee.

Afspraken en ontslagformulieren

Als u naar huis mag:

- wordt de ontslagbrief naar uw huisarts digitaal verstuurd;
- krijgt u de afspraak voor de poliklinische controle schriftelijk mee;
- krijgt u een recept voor pijnmedicatie mee van uw arts.

Contact

Heeft u thuis nog vragen en/of problemen, dan kunt u contact met ons opnemen:

- Binnen 24 uur na ontslag: KNO-poli: 088 - 005 7780
(op werkdagen tussen 08.30 - 17.00 uur)
- Binnen 24 uur na ontslag kunt u buiten kantooruren voor spoedgevallen contact opnemen met de Spoedeisende Hulp, via 088 - 005 6680.
- Na 24 uur: neem contact op via uw huisarts.

Bij Rijnstate kunt u telefonisch en voor de meeste specialismen via www.rijnstate.nl uw afspraak maken.

Rijnstate,
uw ziekenhuis in de regio
Arnhem, Rheden en De
Liemers.

 @rijnstate

 facebook.com/rijnstate

Rijnstate

Postbus 9555

6800 TA Arnhem

T 088 - 005 8888

E info@rijnstate.nl

www.rijnstate.nl