

KNO

Operatie tegen het snurken

Uw behandelend arts heeft voorgesteld om vanwege uw snurklachten een behandeling door de KNO-arts te laten doen. Deze folder geeft u informatie over wat de KNO-arts met u besproken heeft, zodat u na het gesprek alles nog eens rustig kunt nalezen.

Snurken

Bij een klein deel van de mensen die snurken, wordt de slaap onderbroken door pauzes in de ademhaling waarbij er geen enkele inademing meer is. Wanneer deze ademstilstand meer dan 10 seconden duurt, wordt dit een apneu genoemd. Er is sprake van slaapapneu syndroom als deze ademstilstand minimaal 5 keer per uur voorkomt. Na een apneu kunt u wakker worden met een gevoel van kortademigheid of benauwdheid, veroorzaakt door een daling van het zuurstofgehalte in het bloed. Dit kan gevaarlijk zijn voor de hersenen en de hartspier. Hierdoor kunnen concentratiestoornissen en vergeetachtigheid optreden en ook een onregelmatige hartslag, hoge bloeddruk en hartvergroting. Wanneer de slaap te vaak onderbroken wordt door deze ademstilstanden bent u 's ochtends niet goed uitgerust en staat u vermoeid op. Overdag kunnen klachten ontstaan van extreme slaperigheid in allerlei omstandigheden, zowel in rust tijdens het lezen van een boek of een krant maar ook bij activiteiten als autorijden.

Dit kan tot gevaarlijke situaties leiden, niet alleen voor uzelf, maar ook voor anderen.

Onderzoek

Om vast te stellen of er inderdaad sprake is van het slaapapneu syndroom wordt uw gedrag tijdens het slapen met meetapparatuur vastgelegd (polysomnografie). De behandeling van het slaapapneu syndroom hangt samen met de ernst van de gevonden afwijking. Mogelijke methoden zijn een operatie (UPPP) en een behandeling met een neusmasker (CPAP).

Operatie

De operatie om slaapapneu te behandelen heet Uvulo-Palato-Pharyngo-Plastiek (UPPP). Tijdens deze operatie verwijdert de KNO-arts een deel van het zachte gehemelte (inclusief de huid), zodat de ruimte groter wordt. Ook de eventuele keelamandelen worden weggenomen. Het gehemelte trilt tegen de tong en de achterwand van de keel waardoor het snurkgeluid ontstaat.

Door met een UPPP-operatie het gehemelte in te korten en de huid te verwijderen, ontstaat meer ruimte in de keel en wordt de oorzaak van het snurken weggenomen.

Vorbereiding operatie

De operatie wordt gedaan onder algehele narcose. U zult geen pijn voelen tijdens de ingreep. Uw KNO-arts bespreekt met u wat in uw geval het beste is. U wordt voor deze ingreep 1 dag op de afdeling Dagverpleging opgenomen.

Preoperatief spreekuur (POS)

De anesthesioloog schat in welke risico's in uw geval aan de operatie en de anesthesie verbonden zijn en hoe deze kunnen worden beperkt. Daarom wordt er voor u een afspraak voor het POS gemaakt. In de folder "Zorg rondom uw behandeling of operatie" kunt u hierover meer lezen.

Dag van de operatie

Volgens de afspraken met de anesthesioloog blijft u nuchter en bent u eventueel gestopt met (bloedverdunnende) medicijnen. U meldt zich op het afgesproken tijdstip bij de receptie in de hal. De gastvrouw of -heer brengt u naar de afdeling. Na een opnamegesprek met de verpleegkundige krijgt u de voorbereidende medicijnen voor de anesthesie (premedicatie).

De operatie

Een gedeelte van het zachte (weke) gehemelte, inclusief de huid en als dit nodig is ook de amandelen worden verwijderd. De wonden worden gehecht met oplosbaar hechtmateriaal.

De huid wordt weggenomen en het zachte gehemelte wordt ingesneden.

Na de operatie

Na de ingreep onder narcose blijft u in de uitslaapruijnte (verkoeverkamer) van de operatieafdeling tot u goed wakker bent. Daarna haalt een verpleegkundige van de verpleegafdeling u weer op.

Belangrijk

- Het is belangrijk dat u veel drinkt. Dit voorkomt infectie in de keel en vermindert de pijn en de kans op nabloeden. Drink liever geen koolzuurhoudende dranken. Het beste is extra koude dranken of eventueel waterijs te nemen.
- Vooral met slikken en praten is de keel pijnlijk en de pijn straalt vaak uit naar de oren. Tegen de pijn krijgt u pijnstillers. De pijn is na 7 dagen meestal over.

U moet in bed blijven maar in overleg met de verpleegkundige mag u naar het toilet. Als het drinken en plassen goed gaat, verwijdert de verpleegkundige het infuus en mag u naar huis als u zich goed voelt.

Het blijft belangrijk dat u goed drinkt en koud vloeibaar eet, zoals pudding en appelmoes. U kunt ook waterijsjes nemen. Het slikken gaat vaak nog moeilijk. Door veel koud te drinken zullen deze klachten meestal verminderen. U mag op eigen gelegenheid naar huis maar niet zelf de auto besturen. U krijgt een afspraak voor een controlebezoek op de polikliniek mee.

Richtlijnen voor thuis

Volg de eerste 7 tot 10 dagen na de operatie onderstaande richtlijnen rondom eten en drinken.

- Eet de eerste 2 dagen na de operatie zacht en koel voedsel zoals koude gemalen voeding en brood zonder korst.
- Eet geen hard en scherp voedsel zoals pinda's, chips en patat. Dit kan beschadiging van de wond en daardoor een bloeding veroorzaken.
- Vermijd te scherp en gekruid eten. Dit veroorzaakt irritatie van de wond.
- Gebruik geen alcohol. Dit verwijdert de bloedvaten waardoor een bloeding kan ontstaan.
- Bepaald fruit kunt u beter even niet eten. Sinaasappelsap veroorzaakt irritatie van de wond. De pitten in druiven kunnen het wondgebied beschadigen en banaan plakt in de keel.
- Melkproducten worden over het algemeen als plakkerig en vervelend ervaren en koolzuurhoudende dranken als te prikkelend.
- Laat eten en drinken iets afkoelen om het verwijderen van de bloedvaten en daardoor een bloeding te voorkomen.
- Waterijsjes helpen om de pijn te verminderen. Neem geen softijs omdat dat bacteriën kan bevatten.

Voorkomen van verwijding van een bloedvat

Door warmte ontstaat verwijding van de bloedvaten waardoor een bloeding kan optreden. U kunt dit voorkomen door:

- Niet te heet te douchen.
- Geen gebruik te maken van sauna en/of zonnebank.
- Bij warm weer niet in de zon te gaan lopen of zitten.
- Niet te roken.

Wat te doen bij een bloeding?

De kans op een nabloeding is de eerste 12 uur na de operatie het grootst. Mocht u thuis toch een bloeding krijgen, probeer deze dan te stoppen door op ijsklontjes te sabbelen en rustig te gaan zitten.

Als de bloeding na 15 minuten nog niet is gestopt, neem dan contact op met de polikliniek KNO. De polikliniek is bereikbaar van maandag tot en met vrijdag tussen 8:30 en 16:30 uur.

Telefoonnummer: 0515 - 48 89 86.

Buiten kantooruren kunt u contact opnemen met de afdeling Spoedeisende hulp (SEH) via de receptie van het Antonius Ziekenhuis.

Telefoonnummer: 0515 - 48 88 88.

Houdt u zich verder rustig en blijf goed drinken. In principe kunt u de volgende dag weer aan het werk. U bent na ongeveer 2 weken genezen. Als er problemen of bijzonderheden zijn die niet kunnen wachten tot de eerstvolgende controle bij de KNO-arts, kunt u tijdens kantooruren contact opnemen met de polikliniek KNO.

Is er een kans op complicaties?

Bij alle operaties kunnen complicaties optreden zoals een nabloeding of wondinfectie. Gelukkig komen deze weinig voor.

Vragen

Als u na het lezen van deze informatie vragen hebt, kunt u die stellen aan de arts of verpleegkundige. De KNO-arts beantwoordt graag uw vragen over uw snurkklasten en de behandeling ervan. De anesthesioloog zal de vragen over de anesthesie tijdens het POS beantwoorden. Voor vragen over de operatie, de opname en de nazorg kunt u bij de verpleegkundige terecht.

Verhinderung

Bent u op het afgesproken tijdstip verhinderd, meld dit dan zo snel mogelijk bij de polikliniek KNO. Er kan een andere patiënt in uw plaats gepland worden.

Telefoonnummer: 0515 - 48 89 86.

**Antonius Ziekenhuis
Bolswarderbaan 1
8601 ZK Sneek**

**Urkerweg 4
8303 BX Emmeloord**

**Vissersburen 17
8531 EB Lemmer**

**Postadres
Postbus 20.000
8600 BA Sneek**

**Telefoon
0515 - 48 88 88**

www.mijnantonius.nl

22-01-2018