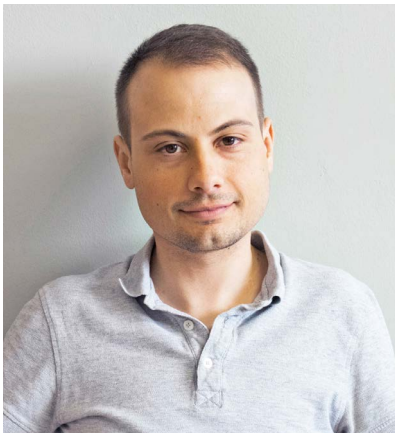
FICHE SANTÉ

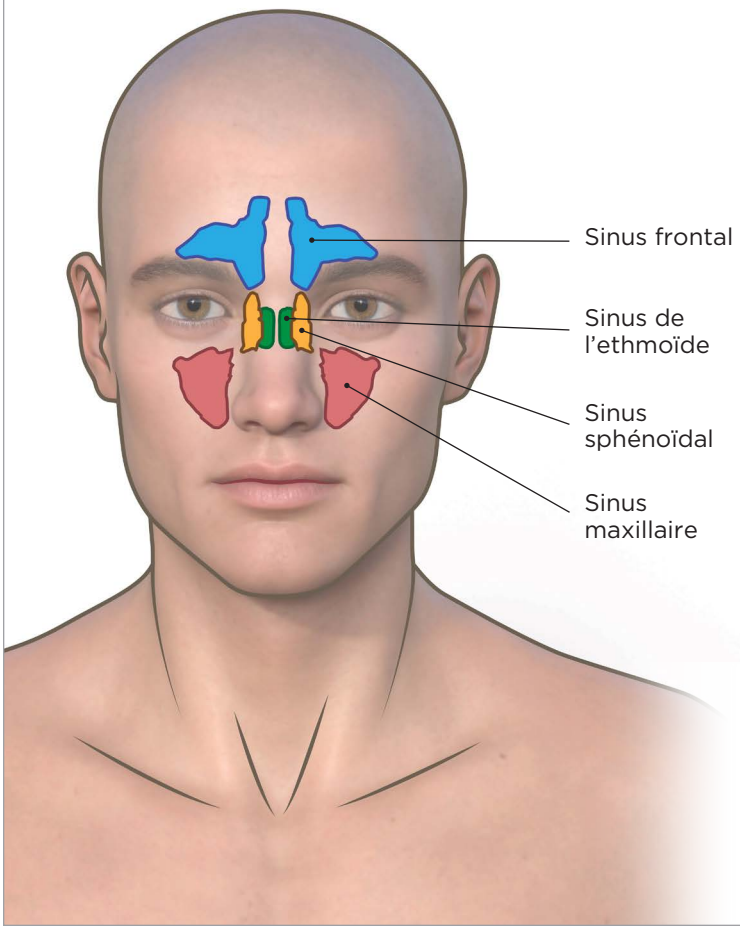
Avoir une opération aux sinus



Vous allez bientôt être opéré aux sinus. Cette fiche vous explique l'opération, comment vous y préparer et quoi faire une fois rentré à la maison.

Que sont les sinus ?

Les sinus sont des cavités remplies d'air dans les os du visage. Ils sont reliés à votre nez. Ils produisent des sécrétions qui coulent dans votre nez.



Pourquoi avoir cette opération ?

Vos sinus sont en partie bloqués, ce qui vous empêche de respirer de façon normale. Cela peut être dû à l'une des causes suivantes :

- Une infection des sinus (sinusite) que les médicaments ne réussissent pas à guérir
- Une cicatrice qui empêche les sécrétions de couler
- Une tumeur qui bloque le passage de l'air

L'opération vous permettra de mieux respirer et de bien évacuer vos sécrétions.

En quoi consiste l'opération ?

Elle consiste à enlever ce qui bloque vos sinus.

Y a-t-il des risques ?

L'opération peut causer :

- Une infection à l'endroit de l'opération.
- Une fuite du liquide dans lequel baigne le cerveau (liquide céphalo-rachidien). Ce problème peut être grave s'il n'est pas traité d'urgence.
- Un dommage au canal qui relie le coin de l'œil à l'intérieur de votre nez.
- Une méningite.
- Un saignement.
- Un problème de la vue.

4 005 622

622 © 2021 - Dernière révision : Mai 2026

Comment me préparer ?

MÉDICAMENTS

Vous devez arrêter de prendre des médicaments qui rendent le sang plus fluide, comme des anticoagulants et des antiplaquettaires. Votre médecin vous dira comment faire.

TABAC

Fumer retarde la guérison. Cela augmente aussi le risque d'infection après l'opération. On conseille donc fortement d'arrêter de fumer de **4** à **6 semaines avant** l'opération et pendant **2 mois après.** Pour de l'aide, consultez la fiche santé ***Cesser de fumer avant mon opération***.

Une infirmière vous rencontrera en clinique préopératoire. Elle vous donnera des conseils pour vous préparer à l'opération.

Comment se déroule l'intervention ?

L'opération dure entre 45 minutes et 3 heures, selon votre situation. Il s'agit d'une chirurgie d'un jour.

- On vous endort pour que vous ne sentiez rien (anesthésie générale).
- Par une narine, on insère un tube avec une caméra au bout (endoscope) et on le fait glisser jusqu'à vos sinus. Le médecin peut alors voir à l'intérieur.
- Le médecin élimine les tissus malades ou dégage les passages bloqués avec la technique qui convient dans votre cas. Il laisse assez de tissus sains pour que le nez et les sinus fonctionnent de façon normale.

À quoi m'attendre après l'opération ?

L'équipe de soins surveille comment vous récupérez. S'il n'y a pas de gros saignement, vous pourrez rentrer à la maison avec un proche.

Vous pourriez avoir des effets secondaires pendant quelques semaines après l'opération. Voici les plus courants :

- Congestion nasale (nez bouché)
- Inconfort
- Maux de tête
- Formation de croûtes de sang séché dans le nez
- Petits saignements

Ces effets sont normaux et ne devraient pas durer. On vous prescrira des médicaments contre la douleur et des lavages de nez doux pour améliorer votre confort.

Quelles sont les précautions à prendre **APRÈS** l'opération ?

PANSEMENT

En quittant l'hôpital, vous aurez un pansement (moustache) sous le nez. Gardez-le propre et sec. Vous pourrez le changer au besoin. Votre infirmière vous montrera comment faire.

Votre nez pourrait être rempli de pansements fondants pour absorber le sang. **N'y touchez pas, mais rincez votre nez comme écrit plus bas dans la section Hygiène.** Vous pourriez avoir de la difficulté à respirer par le nez. Respirez le plus possible par la bouche. Ce qui reste des pansements sera enlevé par le médecin lors de votre rendez-vous de suivi, 1 à 2 semaines après l'opération.

HYGIÈNE

- **Si vous avez des pansements fondants,** rincez-les avec la solution d'eau salée, appelée **hydraSense,** prescrite par votre médecin. Faites-le 2 à 3 fois par jour jusqu'à votre rendez-vous de suivi.
- **Si vous n'avez pas de pansement,** rincez votre nez 2 fois par jour avec la solution saline prescrite, appelée **Sinus Rinse.**
- Vous pouvez prendre un bain ou une douche dès le lendemain de l'opération.

- Ne vous mouchez pas jusqu'à votre rendez-vous de suivi. Vous devez plutôt éponger et essuyer votre nez.
- Éternuez la bouche ouverte durant au moins 15 jours et tant que la plaie n'est pas guérie.

Après votre rendez-vous de suivi avec le chirurgien, continuez ou commencez à rincer votre nez 2 fois par jour avec la solution saline prescrite appelée Sinus Rinse. L'infirmière vous dira à partir de quel moment vous pouvez commencer à vous moucher en douceur, une narine à la fois.

SOMMEIL

- Comme vous aurez de la difficulté à respirer par le nez les premiers jours, vous pourriez avoir la bouche sèche durant la nuit.

  Il est conseillé d'utiliser un humidificateur. Placez-le à côté du lit et près de votre visage.
- Placez plusieurs oreillers sous votre dos pour être à moitié assis. Cela fait baisser la pression du sang dans votre nez et soulage la douleur. Cela diminue aussi l'enflure et améliore la respiration.

ACTIVITÉS PHYSIQUES

Jusqu'à votre rendez-vous de suivi :

- Ne forcez pas pour lever un objet lourd.
- Ne faites pas d'activités physiques intenses.
- Ne penchez pas la tête vers l'avant. Pour vous baisser, pliez les genoux en gardant la tête droite.

Quels signes surveiller ?

Si vous avez l'un des signes suivants, appelez une infirmière du CHUM au **514 890-8086** :

- Vous avez un saignement qui ne s'arrête pas après 15 minutes de compression
- Vous crachez du sang rouge clair
- Vous avez des maux de tête très forts non soulagés par la prise d'analgésique
- Vous avez une fièvre plus élevée que 38,5 °C (101,3 °F) pendant 2 jours
- Vous avez des sécrétions brunâtres ou verdâtres avec une mauvaise odeur
- Votre visage est enflé

À qui parler pour avoir de l'aide ou poser des questions ?

Avant votre intervention, vous pouvez appeler la Clinique d'ORL, du lundi au vendredi de 8 h à 16 h.

514 890-8235

Après l'intervention, appelez une infirmière du CHUM.

514 890-8086

Ce service d'aide du CHUM est offert 7 jours sur 7, 24 h sur 24. Lors de cet appel, assurez-vous d'avoir votre carte d'assurance maladie en main.

RESSOURCES UTILES

Il existe d'autres fiches santé produites par le CHUM. Demandez lesquelles pourraient vous convenir.

Vous pouvez aussi les consulter directement sur notre site chumontreal.qc.ca/fiches-sante

Le contenu de ce document ne remplace en aucun cas les conseils de votre professionnel de la santé.

Pour en savoir plus sur le Centre hospitalier de l'Université de Montréal
chumontreal.qc.ca

Ce document est protégé sous la licence Creative Commons

BLOC-NOTES

CHUM

Questions

Notez les questions que vous voulez poser à votre équipe de soins pour ne pas les oublier.

Observations - Remarques

Notez les observations que vous jugez importantes : sur vos symptômes, vos soins, votre suivi, votre niveau d'énergie, etc.

Prochains rendez-vous

Pour en savoir plus sur le Centre hospitalier de l'Université de Montréal
chumontreal.qc.ca

Ce document est protégé sous la licence Creative Commons