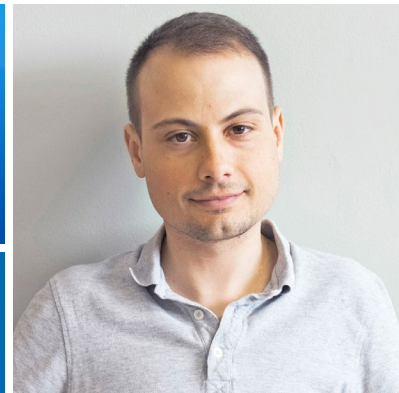


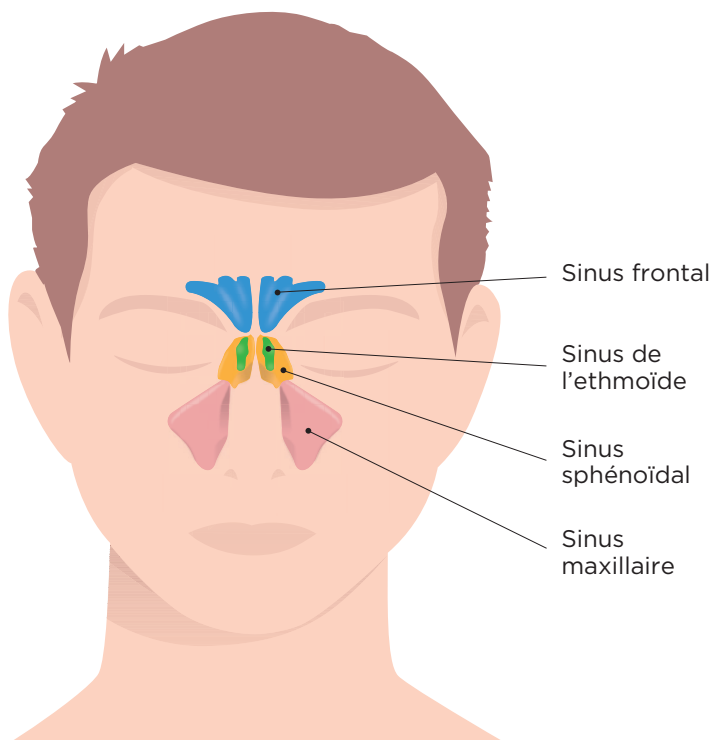
Bien se préparer à une opération aux sinus



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 au nez et produisent des sécrétions qui s'écoulent dans les fosses nasales.



Pourquoi dois-je être opéré ?

Vos sinus sont en partie bloqués, ce qui vous empêche de respirer normalement. Cela peut être dû à :

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

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

En quoi consiste l'opération ?

Elle consiste à libérer vos sinus en retirant ce qui les bloque.

Y a-t-il des risques ?

L'opération peut entraîner :

- 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 la fosse nasale.
- Une méningite.
- Un saignement.
- Un problème de la vue.

Comment me préparer?

MÉDICAMENTS

Si vous prenez des médicaments pour rendre votre sang plus fluide (anticoagulant, antiplaquettaire), il faudra arrêter pendant quelques jours. Votre médecin vous dira comment faire.

TABAC

Fumer augmente le risque d'infection après l'opération et, surtout, retarde la guérison. Il est donc fortement recommandé d'arrêter de fumer au moins **1 semaine avant** l'opération et pendant **2 mois après**. Pour avoir de l'aide, consultez la fiche [Cesser de fumer avant mon opération](#).



Une infirmière vous rencontrera en clinique préopératoire et vous conseillera dans la préparation de l'opération.

Comment se déroule l'intervention?

L'opération dure entre 45 et 90 minutes. 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 suffisamment 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 être incommodé pendant quelques semaines après l'opération. Voici les effets indésirables les plus communs :

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

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

Y a-t-il des précautions à prendre APRÈS l'opération?

PANSEMENT

Votre nez sera rempli de pansements fondants pour absorber le sang. **N'y touchez pas, mais effectuez les mesures d'hygiène nasale qui sont décrites dans la section ci-dessous.**

Vous pourriez avoir de la difficulté à respirer par le nez. Privilégiez alors la respiration par la bouche. Ce qui reste des pansements sera retiré par le médecin lors de votre rendez-vous de suivi, 1 à 2 semaines après l'opération.

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

HYGIÈNE

- > Vous pouvez prendre un bain ou une douche dès le lendemain de l'opération.
- > Rincez les pansements fondants avec la solution d'eau salée prescrite par votre médecin (ex. : hydraSense). Faites-le 2 à 3 fois par jour (selon l'avis du médecin) jusqu'à votre rendez-vous de suivi.

> 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.
- > Ne penchez pas la tête vers l'avant. Pour vous baisser, pliez les genoux en gardant la tête droite.

Après votre rendez-vous de suivi avec le chirurgien, rincez votre nez 2 fois par jour avec la solution saline prescrite (ex. : 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.

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
- Du liquide clair (le liquide céphalo-rachidien) s'écoule au fond de votre gorge ou par les narines
- 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 d'aucune façon les recommandations faites, les diagnostics posés ou les traitements suggérés par votre professionnel de la santé.

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