

 <p>Klinik für HNO-Heilkunde, Kopf- und Halschirurgie</p>	Infoblatt Nasenpflege nach Operationen an den Nasennebenhöhlen	Nr.: INFO-HNO-01 Seite: 1 von 1 Datum: 01.06.15
--	---	---

Patientenempfehlung

Nasenpflege nach Operationen an den Nasennebenhöhlen, ggf. mit Nasenscheidewand-OP

~ Nasenspülung:

- 1 Liter Wasser abkochen und erkalten lassen
1 gehäuften Teelöffel Speisesalz (ohne Jod oder Fluor) zugeben; alternativ können z. B. Nasenspülsalz (Drogerie) oder Emser Salz (Apotheke) in der empfohlenen Dosierung zur Anwendung kommen.
- Nach Entlassung 4-5 mal täglich spülen,
- Nach 4-5 Wochen Reduktion auf 1-2 mal täglich, ggf. lebenslanglich

~ Nasenöl (aus Apotheke):

- Austauschbar mit normalem Speiseöl (z.B. Pflanzenöl - nicht kalt gepresst)
- 30 min vor jeder Nasenspülung bis stündlich
- Beendigung bei Verschwinden der Borkebildung

~ **Nasendusche:** erhältlich in Apotheke bzw. Drogerie

~ **Duschen und Haare waschen:** lauwarm, Kopf in den Nacken, helfen lassen!

~ **Keine körperliche Anstrengung** jeglicher Art für 2 Wochen nach der OP!

~ **Keine direkte Sonne** 3 Wochen nach der OP!

~ **Sport** frühestens 3 Wochen nach der OP!