

Kimberly Joynt, DO
Tyler Bliss, MD
Kara Ramold, DNP, FNP-C



Ear, Nose and Throat
Head & Neck Surgery
Facial Plastic Surgery

704 N. Alpha, Grand Island, NE 68803 ◊ Phone: (308) 384-5700 ◊ Fax: (308) 384-4305

Postoperative Care After Sinus Surgery

Expectations following sinus surgery:

- **Nasal Discharge & Bleeding:** It is common to have mild bleeding and nasal drainage after nasal surgery.
 - After surgery, a “drip pad” may have been placed under your nose. You may remove this at any point and can replace it if necessary at your discretion.
- **Pain & Pressure:** It is common to experience mild-to-moderate pain and pressure in your face and around your eyes.
 - The pain usually is worse the first day after surgery.
 - Use your medications only as prescribed.
 - For any severe pain, please contact me or present to the emergency room.
 - You may have had splints (thin plastic sheets) placed inside your nose to keep the septum straight. These will be removed at your first visit after surgery.
- **Nasal Congestion and Crusting:** It is common to experience nasal congestion after surgery. This is due to swelling and scabs. DO NOT BLOW YOUR NOSE until approved by your provider.
 - Crusts are essentially scabs and mucus that build up in the nasal passages after surgery that resolve with time. Usually, these will be removed during your postoperative visit.
 - **Nasal Irrigation:** helps to soften and remove scabs. Start irrigations immediately following surgery. You will need to try to rinse every hour while you are awake until instructed by your physician to stop. Nasal irrigation kits are available over the counter in the nasal section.
 - ** Please rinse with warm distilled water with a salt packet provided in the kit. You can purchase more salt packets at your pharmacy.
 - **Topical Ointment:** place a pea-sized amount in your nose three times per day for 5 days.
- **Fatigue:** It is common to feel mild to moderate fatigue for 7-10 days after surgery.

Activity

- **Days 1-2 following surgery:**
 - Plan to rest. You may start light activities as tolerated.
 - You may shower starting 1 day after surgery
- **Days 2-10 following surgery:**
 - Light activity only until 10 days after surgery.
 - No extensive bending over for 7 days after surgery.
 - No lifting over 20 pounds for one week after surgery

Nutrition

- **Prior to Surgery:** nothing to eat or drink starting at midnight the night before surgery.
- **Following Procedure Day of Surgery:** Drink plenty of water / fluids. Eat light snacks as tolerated
 - It is common for people to have less of an appetite the day of surgery
- **Day After Surgery:** Advance your diet as tolerated

Kimberly Joynt, DO
Tyler Bliss, MD
Kara Ramold, DNP, FNP-C



Ear, Nose and Throat
Head & Neck Surgery
Facial Plastic Surgery

704 N. Alpha, Grand Island, NE 68803 ◊ Phone: (308) 384-5700 ◊ Fax: (308) 384-4305

Medication Safety Tips

- Use medications only as directed in the amounts specified. Read each medication label carefully, ask your pharmacist if you have any questions regarding warnings on the label.
- Avoid aspirin, ibuprofen, naproxen, and related pain medications for 7 days. Avoid fish oil (omega acids) and vitamin E for 1 week.
- As your pain lessens, you may replace doses of prescription pain medications with acetaminophen (Tylenol). However, do not take doses of prescription pain medications at the same time as Tylenol because this could cause an overdose of Tylenol.
- Do not drive or operate machinery if taking prescription pain medications
- Do not measure liquid with a kitchen spoon. There are pediatric measuring devices available at the pharmacy. Ask for one when you get your prescription filled.
- Store all medications out of reach of children.
- ***Call the Nebraska Poison Center if your child takes too much of any medicine or if your child consumes your medication (402) 955-5555 or 1 (800) 222-1222***

When to Contact Your ENT Physician:

- Fever higher than 101°F
- Clear, watery nasal discharge
- Any visual changes or marked swelling around the eyes
- Severe headache or neck stiffness
- Brisk bleeding

Kimberly Joynt, DO
Tyler Bliss, MD
Kara Ramold, DNP, FNP-C



Ear, Nose and Throat
Head & Neck Surgery
Facial Plastic Surgery

704 N. Alpha, Grand Island, NE 68803 ○ Phone: (308) 384-5700 ○ Fax: (308) 384-4305

Cuidados Postoperatorios Después de la Cirugía de los Senos Nasales

Expectativas después de la cirugía de los senos nasales:

- **Secreción y sangrado nasal:** es común tener sangrado y drenaje nasal leves después de la cirugía nasal.
 - Después de la cirugía, es posible que le hayan colocado una “almohadilla de goteo” debajo de la nariz. Puede eliminarlo en cualquier momento y reemplazarlo si es necesario a su discreción.
- **Dolor y Presión:** es común experimentar dolor y presión de leves a moderados en la cara y alrededor de los ojos.
 - El dolor suele empeorar el primer día después de la cirugía.
 - Utilice sus medicamentos sólo según lo recetado.
 - Si tiene algún dolor intenso, comuníquese conmigo o preséntese en la sala de emergencias.
 - Es posible que le hayan colocado férulas (láminas finas de plástico) dentro de la nariz para mantener el tabique recto. Estos se quitarán en su primera visita después de la cirugía.
- **Congestión nasal y formación de costras:** es común experimentar congestión nasal después de la cirugía. Esto se debe a la hinchazón y las costras. **NO SE SONÉ LA NARIZ** hasta que su proveedor lo apruebe.
 - Las costras son esencialmente costras y moco que se acumulan en los conductos nasales después de la cirugía y se resuelven con el tiempo. Por lo general, estos se quitarán durante su visita postoperatoria.
 - **Irrigación nasal:** ayuda a suavizar y eliminar las costras. Iniciar irrigaciones inmediatamente después de la cirugía. Deberá intentar enjuagarse cada hora mientras esté despierto hasta que su médico le indique que deje de hacerlo. Los kits de irrigación nasal están disponibles sin receta en la sección nasal.
 - ** Enjuague con agua destilada tibia y un paquete de sal incluido en el kit. Puedes adquirir más paquetes de sal en tu farmacia.
 - **Ungüento tópico:** coloque una cantidad del tamaño de un guisante en la nariz tres veces al día durante 5 días.
- **Fatiga:** es común sentir fatiga de leve a moderada durante 7 a 10 días después de la cirugía.

Actividad

- **Días 1-2 después de la cirugía:**
 - Planea descansar. Puede iniciar actividades ligeras según lo tolere.
 - Podrá ducharse a partir de 1 día después de la cirugía.
- **Días 2-10 después de la cirugía:**
 - Actividad ligera sólo hasta 10 días después de la cirugía.
 - No debe agacharse mucho durante los 7 días posteriores a la cirugía.
 - No levantar más de 20 libras durante una semana después de la cirugía

Nutrición

- **Previo a la Cirugía:** nada de comer ni beber a partir de la medianoche del día anterior a la cirugía.
- **Después del procedimiento Día de la cirugía:** Beba mucha agua/líquidos. Consuma refrigerios ligeros según su tolerancia.
 - Es común que las personas tengan menos apetito el día de la cirugía.
- **Día después de la cirugía:** avance su dieta según su tolerancia

Kimberly Joynt, DO
Tyler Bliss, MD
Kara Ramold, DNP, FNP-C



Ear, Nose and Throat
Head & Neck Surgery
Facial Plastic Surgery

704 N. Alpha, Grand Island, NE 68803 ○ Phone: (308) 384-5700 ○ Fax: (308) 384-4305

Consejos de seguridad para los medicamentos

- Utilice los medicamentos únicamente según las indicaciones y en las cantidades especificadas. Lea atentamente la etiqueta de cada medicamento, consulte a su farmacéutico si tiene alguna pregunta sobre las advertencias en la etiqueta.
- Evite la aspirina, el ibuprofeno, el naproxeno y los analgésicos relacionados durante 7 días. Evite el aceite de pescado (ácidos omega) y la vitamina E durante 1 semana.
- A medida que su dolor disminuye, puede reemplazar las dosis de analgésicos recetados con acetaminofén (Tylenol). Sin embargo, no tome dosis de analgésicos recetados al mismo tiempo que Tylenol porque esto podría provocar una sobredosis de Tylenol.
- No conduzca ni opere maquinaria si toma analgésicos recetados.
- No mida el líquido con una cuchara de cocina. Hay dispositivos de medición pediátricos disponibles en la farmacia. Solicite uno cuando obtenga su receta.
- Guarde todos los medicamentos fuera del alcance de los niños.
- **Llame al Centro de Envenenamiento de Nebraska si su hijo toma demasiado de algún medicamento o si consume su medicamento (402) 955-5555 o 1 (800) 222-1222**

Cuándo contactar a su médico otorrinolaringólogo:

- Fiebre superior a 101 °F
- Secreción nasal clara y acuosa
- Cualquier cambio visual o hinchazón marcada alrededor de los ojos.
- Dolor de cabeza intenso o rigidez de cuello.
- Sangrado rápido