



Yderligere information

Ønsker du yderligere information er du altid meget velkommen til at kontakte os.

CPH Privathospital

Rådhusstorvet 4

3520 Farum

Tlf.: 7021 8000

www.cph-privathospital.dk

E-mail: info@cph-privathospital.dk

Åbningstider

Telefon mandag til fredag fra

Kl. 8.00-16.00 på tlf. 7021 8000

*I akutte tilfælde udenfor
CPH Privathospitals åbningstid,
henvises til **1813***

Udarbejdet af CB, marts 2018, revideres 1 gang årligt, version 1

Din sundhedsfaglige kontaktperson:



Patientvejledning
snorken/snorkeoperation

Snorken kan være meget generende både for dig selv og omgivelserne. Det kan være med til at give en dårlig søvnkvalitet og dermed træthed om dagen.

ÅRSAGER TIL SNORKEN

Snorken kan skyldes en eller flere ting:

- Dårlige pladsforhold i svælget pga. store mandler, lavt hængende gane og forstørret drøbel
- Dårlig luftpassage i næsen pga. skæv næseskillevæg
- Dårlig luftpassage i næsen pga. hævet næseslimhinde som følge af allergi

Endelig kan overvægt have negativ indflydelse på vejrtrækningen under søvnen pga. øget fedtfylde i svælget.

UNDERSØGELSE FOR SNORKEN

Før man behandler snorken, skal man altid udelukke alvorlige søvnforstyrrelser, f.eks. alvorlig søvnapnø, hvor der opstår vejrtrækningspauser i forbindelse med snorken.

Derfor samarbejder vi med den søvnmedicinske klinik ScanSleep i København omkring udredning af snorkepatienter. ScanSleeps eksperter foretager en grundig registrering af din snorken og vejrtrækning under søvnen.

Når resultatet af undersøgelsen foreligger, taler specialisterne fra ScanSleep og vores speciallæge sammen om hvilken behandling, der er mest velegnet i dit tilfælde.

BEHANDLING AF SNORKEN

Ukompliceret snorken, dvs. snorken uden væsentlige vejrtrækningspauser (apnøer) eller mekanisk apnø på grund af dårlig plads i svælget, kan i mange tilfælde behandles med en operation. Vi anvender operations-teknikken – Coblation - der også anvendes til fjernelse af mandler.

Med denne teknik er det muligt at fjerne vævet i svælget ved hjælp af bløde radiobølger samtidig med, at det omgivende væv nedkøles med saltvand.

Hvis du lider af søvnapnø - og der ikke kan forventes gunstig effekt ved en snorkeoperation - da er den bedste behandling oftest en apnøbjølle/bideskinne eller en CPAP-maske i stedet for en snorkeoperation.

FORUNDERSØGELSE

Inden beslutningen om en operation kommer du til forundersøgelse hos en af vores speciallæger i øre-næse-halskirurgi.

Speciallægen spørger til dine symptomer, undersøger din hals og gennemgår udredningsforløbet og skitserer eventuelle muligheder. Din næse vil også blive undersøgt, idet snorken også kan stamme fra tæthed i næsen. Såfremt det er svælget, der skønnes at være problemet, vil du blive henvist til Scansleep, som laver søvnundersøgelsen. Hvis man derefter anbefaler dig en operation, kommer du igen til samtale med vores speciallæge.

Du undersøges atter i næse og hals, og såfremt en snorkeoperation af dit svælg er den bedste løsning, gennemgår speciallægen med dig hvilken type snorkeoperation, du kan have glæde af, samt hvad du

kan forvente dig af operationseffekt. Endvidere gennemgår speciallægen mulige bivirkninger og komplikationer med dig.

FORVENTNINGER

Du kan forvente, at resultatet af operationen kommer gradvist, og det endelige resultat kan først ses efter et par måneder. Dette skyldes, at der i starten efter operationen vil være noget hævelse i svælget.

Du kan forvente at få bedre nattesøvn, snorke mindre eller blive snorkefri samt at være mere udhvilet om dagen.

FORBEREDELSE

Vi anbefaler, at du inden operationen har læst denne folder samt folderen "Generel vejledning i forbindelse med din operation".

Faste

Operationen foregår i fuld bedøvelse, og du skal derfor møde fastende til operationen.

Pause med medicin

Se venligst folderen "Generel vejledning i forbindelse med din operation".

Indlæggelse

Du må forvente at være indlagt natten over. Udskrivelsen sker efter morgenmaden.

OPERATION

Operationen varer ca. 55 minutter.

Du bliver bedøvet ved, at der lægges en (plast)kanyler ind i håndryggen, hvor bedøvelsesmidlet sprøjtes ind.

Du vil herefter få foretaget snorkeoperationen med fjernelse af det væv, der fylder for meget i dit svælg, og som bevirker din snorken. Det vil oftest indebære fjernelse af mandler samt trimning af drøbel og ganebuer.

Coblation-teknikken

Vævet i svælget fjernes ved hjælp af bløde radiobølger samtidig med, at det omgivende væv nedkøles med saltvand. Operationen foregår under mikroskop.

EFTER OPERATIONEN

Efter operationen taler du med speciallægen og sygeplejersken, som informerer om plan og forholdsregler i tiden efter operationen.

Smerter

Du skal forvente at have smerter de først 10-12 dage efter operationen, og du har derfor behov for smertestillende medicin med faste intervaller. Du får udleveret et skema, så du kan tage medicinen korrekt, og medicinen vil blive skrevet ud til dig på apoteket, hvor du kan hente den.

Mad og drikke

Du må få mad og drikke, når du har lyst. Meget varm mad og drikke kan øge risiko for blødning og groft brød (f.eks. knækbrød) kan give smerter, når du synker. Derfor vil blød mad som eksempelvis blødkogt æg, kogt pasta og lignende være at foretrække.

Aktivitet

Du kan komme op at gå stille omkring, så snart du er vågen efter bedøvelsen.

EFTER UDSKRIVELSEN

Smerter

Se ovenfor. Der kan også være smerter i ørerne, hvilket er helt almindeligt. Det fortager sig efter få dage.

Kolde drikke og is kan lindre smerterne.

Feber

Ganske let temperaturforhøjelse efter operationen kan forekomme og er normalt. Såfremt temperaturen er vedvarende over 38,5, bør du kontakte os telefonisk.

Belægninger i halsen

I de områder, hvor vævet er blevet fjernet, kommer der lyse og ildelugtende belægninger, også kaldet sårskorper. Der vil også være en meget dårlig ånde og smag i munden, indtil belægningerne falder af igen. Du må ikke forsøge at fjerne belægningerne, da de er en naturlig del af sårenes heling. Du kan måske forveksle belægningerne med infektion, men de er et led i naturlig heling.

Efterblødning

Efter 6 til 10 dage løsner belægningerne sig i halsen, og på dette tidspunkt kan der forekomme flere smerter og evt. blødning. Hvis det kun drejer sig om striber af blod i spytet, kan du klare problemet ved at sutte på knust is.

Hvis der derimod er blodige klumper, skal du kontakte os eller tage på en skadestue. Hvis du synes, at det bløder meget, skal du ringe 112.

Efterblødning ses ved ca. 4% af operationerne, og det kan være nødvendigt at standse blødningen i en kortvarig fuld bedøvelse.

Daglige gøremål

Almindelige stille aktiviteter kan du genoptage efter 14 dage.

Fysisk aktivitet

Du skal undgå større fysisk aktivitet de første 14 dage. Svømmehal, spabad, swimmingpool og sauna bør du undgå de første to uger.

Arbejde og sygemelding

Du må forvente at være sygemeldt i 10-14 dage.

Mad og drikke

De første par uger vil det evt. give smerter/gener i halsen, hvis du spiser grove fødevarer som f.eks. knækbrød/crüsli. Derfor vil det være bedst med blød kost. Du skal dog være opmærksom på, at du får nok at drikke (ca. 1½ liter daglig), og det er også vigtigt, at kosten er rig på proteiner, så du ikke mister kræfter.

Ambulant opfølgning

Du bør komme til ambulant opfølgning 1-2 uger efter operationen samt efter 2 måneder. En snorke efterundersøgelse på Scansleep vil også blive tilbudt.

MULIGE BIVIRKNINGER OG KOMPLIKATIONER

Ømhed på tungen

Der kan i forbindelse med operationen komme tryk på tungen. Det kan give en øm bule eller et mindre blå mærke, som forsvinder efter et par dage.

Smerter i ørerne

Der kan opstå smerter i ørerne efter operationen, som oftest sidst i helingsforløbet. Dette skyldes indirekte smerteudstråling fra sårene mod ørerne og skyldes normalt ikke, at der er noget med ørerne.

Nedsættelse af smagssansen og føleforstyrrelser på tungen

Der kan komme forbigående nedsættelse af smagssansen og føleforstyrrelser på tungen. Dette forsvinder af sig selv men kan tage nogle uger.

Klumpfornemmelse i halsen/synkeproblemer

I visse tilfælde vil du i en periode efter operationen have en fornemmelse af en klump i halsen, når du synker - selvom du er helet og ikke længere er hævet i halsen. Synkebevægelsen kan også ændre sig efter operationen. Det er en forbigående gene og er en følge af, at halsens indre har ændret sig ved operationen. Denne gene/fornemmelse vil som oftest gradvist aftage.

Delvis effekt af operationen

I ganske få tilfælde opleves kun delvis effekt af snorkeoperationen. Dette kan skyldes at der fortsat er hævelse i halsen, det vil sige hævelse, som ikke kan opereres væk, eller at der også er tæthed i næsen, som må behandles supplerende.

KONTAKT TIL LÆGEN

Du får udleveret telefonnummer til den læge, som har opereret dig, hvis der skulle opstå problemer de første 24 timer efter operationen/udskrivelsen.

Herefter skal du altid kontakte CPH Privathospital på tlf.nr. 7021 8000