

PATIENTINFORMATION

# Snorkeoperation

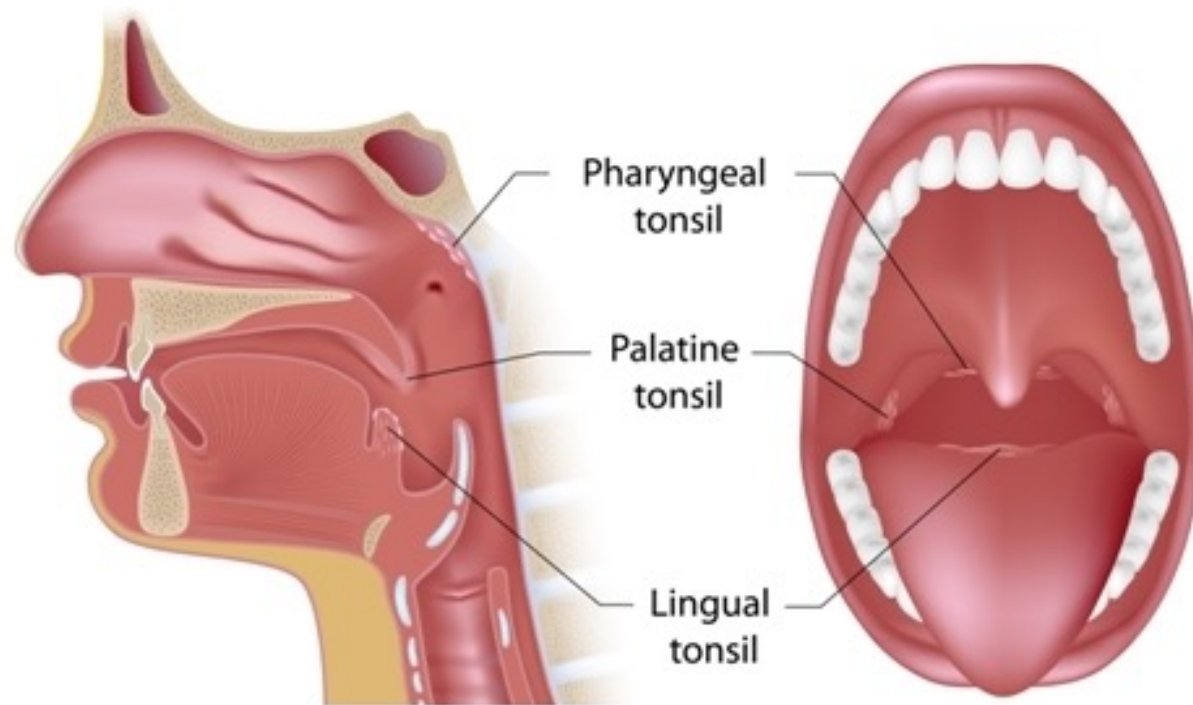
---

CPH Privathospital A/S  
Rådhusstorvet 4, 3520 Farum | +45 7021 8000  
[www.cph-privathospital.dk](http://www.cph-privathospital.dk)  
Mail: [info@cph-privathospital.dk](mailto:info@cph-privathospital.dk)





På CPH Privathospital sætter vi patienten i centrum.  
Vores mål er at tilbyde den absolut bedste  
behandling med hurtig udredning og et trygt  
efterforløb- alt sammen i indbydende og  
behagelige omgivelser.



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 snorkpatienter. 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 apnøbøjle/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. Hvis 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 hvis 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. Desuden 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.

## **Operationen**

Operationen varer ca. 55 minutter.

Du bliver bedøvet ved, at der lægges en (plast)kanyle 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. Hvis 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 spyttet, 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 hal-



sen, 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 blåt 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

## Yderligere informationer

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

### CPH Privathospital A/S

Rådhusstorvet 4 3520 Farum

 +45 7021 8000

 [www.cph-privathospital.dk](http://www.cph-privathospital.dk)

 [info@cph-privathospital.dk](mailto:info@cph-privathospital.dk)

### Åbningstider

Telefon mandag til fredag fra  
kl. 8.00-16.00 på tlf. 7021 8000

Uden for normal åbningstid kan sygeplejerske  
kontaktes på: 44 500 339

I akutte tilfælde udenfor CPH Privathospitals  
åbningstid, henvises til 1813