



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 vejtrækningen under søvnen pga. øget fedtfylde i svælget.

Undersøgelse for snorken

Før man behandler snorken, skal man altid udelukke alvorlige søvnforstyrrelser, fx alvorlig søvnapnø, hvor der opstår vejtrækningspauser i forbindelse med snorken.

Derfor samarbejder vi med den søvnmedicinske klinik ScanSleep i København omkring udredning af snorkepatienter. ScanSleeps læger foretager en grundig registrering af din snorken og vejtrækning under søvnen. Undersøgelsen udføres som regel i hjemmet.

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 vejtrækningspauser (apnøer), kan i mange tilfælde behandles med en operation. Vi anvender i København operations-teknikken – Coblation - der også anvendes til fjernelse af mandler.

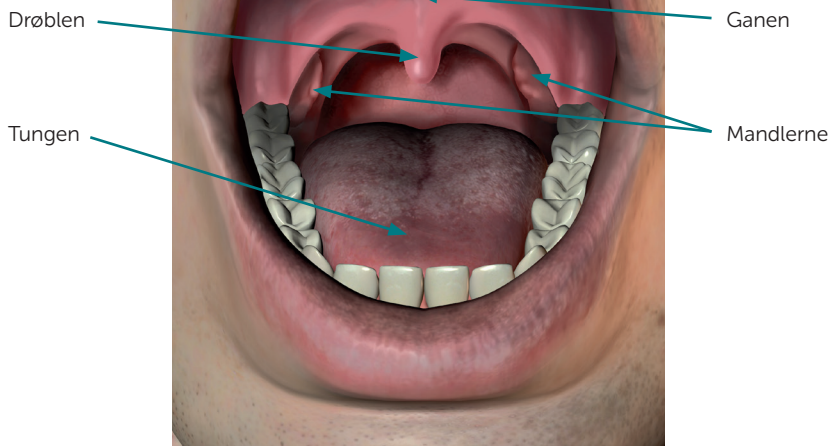
Med denne teknik er det muligt at fjerne vævet vha. bløde radiobølger samtidig med, at det omgivende væv nedkøles med saltvand.

Med den traditionelle teknik fjerner man ganevæv og evt. mandlerne kirurgisk ved at skrabe det ud eller ved at brænde vævet væk.

Hvis du lider af lettere søvnapnø, er den bedste behandling oftest



CPAP-maske



en CPAP-maske eller en apnøbøjle 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 lytter til dine symptomer, undersøger din hals og gennemgår udredningsforløbet og skitserer eventuelle muligheder. Du kan blive henvist til Scansleep, som laver søvnundersøgelsen. Hvis man derefter anbefaler dig en operation,

kommer du igen til samtale med vores speciallæge.

Aftaler I, at en operation er den bedste løsning, gennemgår speciallægen forløbet samt mulige bivirkninger og komplikationer med dig. I taler desuden om, hvad du kan forvente dig af operationen.

Datoen for operationen kan du selv være med til at bestemme, så den passer ind i din kalender.

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 vil være noget hævelse i svælget.

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 angående dette i folderen "Generel vejledning i forbindelse med din operation" eller "Vanlig medicin i forbindelse med din operation".

Indlæggelse

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

Operation

Operationen varer ca. 45 min.

Du bliver bedøvet ved, at der lægges en kanyle ind i håndryggen, hvor bedøvelsesmidlet sprøjtes ind.

Der skabes bedre plads i ganen, hvor drøblen og / eller et lille stykke af vævet i den bløde gane fjernes. Mandlerne fjernes også.

Efter operationen

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

Smerter

Du kan have behov for smertestillende medicin.

Mad og drikke

Normalt kan du drikke lidt isvand, så snart du har lyst. Derefter må du få kold, blød mad.

Det første døgn må du ikke drikke varme drikke eller spise varm mad, da det kan give blødning fra sårene.

Aktivitet

Du skal op at gå stille omkring, så snart du er vågen af bedøvelsen.

Efter udskrivelsen

Smerter

Du skal regne med at have ondt i halsen de første 10 - 12 dage. Du kan tage smertestillende håndkøbsmedicin herfor.

Kolde drikke kan også lindre smerter i halsen.

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

Mad og drikke

For at skåne halsen skal du de første 2 uger undgå hårde og grynede ting i kosten såsom brød med skorpe, æbler e.l. Endvidere skal du undgå sodavand med brus, da det kan virke ubehageligt. Maden må max. være 37 grader varm.

Belægninger i halsen

Der, hvor vævet er blevet fjernet, kommer der lyse og ildelugtende belægninger. Du får 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 slimhindens heling.

Efterblødning

Efter 8 - 10 dage løsner belægningerne i halsen sig, og på dette tidspunkt kan der komme lidt blødning. Hvis det kun drejer sig om striber af blod i spytet, kan du klare problemet ved at sutte på isterninger.

Hvis der derimod er blodige klumper, skal du kontakte os eller skadestue med øre-næse-hals afdeling.

Daglige gøremål og fysisk aktivitet

Almindelige daglige gøremål kan du genoptage stille og roligt, som du kan.

Du skal undgå større fysisk aktivitet de første 10 - 14 dage. Svømmehal, spabad, swimmingpool og sauna bør du undgå den første uge.

Arbejde og sygemelding

Du må forvente at være sygemeldt i 10 - 14 dage uanset alder og beskæftigelse.

Ambulant opfølgning

8 - 10 dage efter operationen kommer du til ambulant opfølgning.

Mulige bivirkninger og komplikationer

Ømhed på tungen

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

Smerter i ørerne

Der kan opstå smerter i ørerne pga. hævelse af slimhinden i svælget. Det påvirker trykket i ørene og svarer til de smerter, der kan opstå under en flylanding, hvis du ikke får udlignet trykket.

Nedsættelse af smagssansen og føleforstyrrelse

Der kan komme forbigående nedsættelse af smagssansen og føleforstyrrelser på tungen. Dette forekommer især ved den traditionelle operationsmetode, men med Coblation teknik er det ikke set.

Blødning

Der er to tidspunkter, hvor der er risiko for blødning. Dels de første timer efter operationen, hvilket er årsagen til, at du skal blive natten over. Dels når sårbelægningerne løsnes 8 - 10 dage efter operationen. Efterblødning ses ved ca. 2% af operationerne, og det kan da være nødvendigt at standse blødningen i en kortvarig fuld bedøvelse.

Aleris Hospitaler - Vest

Aalborg

Sofiendalsvej 97
DK - 9200 Aalborg SV
Tlf. +45 3637 2750
aalborg@aleris.dk

Esbjerg

Bavnehøjvej 2
DK - 6700 Esbjerg
Tlf. +45 3637 2700
esbjerg@aleris.dk

Aarhus

Brendstrupgårdsvej 21 A, 1. sal
DK - 8200 Aarhus N
Tlf. +45 3637 2500
aarhus@aleris.dk

Herning

Poulsgade 8, 2. sal
DK - 7400 Herning
Tlf. +45 3637 2600
herning@aleris.dk

Aleris Hospitaler - Øst

København

Gyngemose Parkvej 66
DK - 2860 Søborg
Tlf. +45 3817 0700
kobenhavn@aleris.dk

Ringsted

Haslevvej 13
DK - 4100 Ringsted
Tlf. +45 5761 0914
ringsted@aleris.dk

www.aleris.dk

Telefon åbningstider i kundeservice

	Vest	Øst
Mandag - torsdag	8 - 18	8 - 18
Fredag	8 - 15	8 - 16
Lørdag - søndag	Lukket	Lukket

KENC 40