

TUKKOISEN NENÄN LÄHETE OHJE

Hyvä kollega

Olemme rinologisessa tiimissä miettineet avoterveydenhuoltoa varten tukkoisen nenän läheteissä keskeisinä pitämiämme asioita. Suunnitteleme lähetteen perusteella ennen vastaanottoa tehtäviä tutkimuksia (esim. virtausmittaukset, sivuonteloiden kuvantaminen) mahdollisimman pitkälle, jotta potilaan hoito olisi sujuvaa. Annamme myös hoito-ohjeita konsultaativastauksina tai ohjaamme hoitoa ennen erikoissairaanhoidon pääsyä. Toivomme, että läheteessä kerrotaan seuraavat asiat:

Anamneesi:

- Onko tukkoisuus molemmin- vai toispuoleista, vaihtelee ko tukkoisen puoli? Paheneeko makuulla?
- Tukkoisuusoireen kesto?
- Pystyykö potilas hengittämään nenän kautta päivällä, entä makuulla? Herääkö potilas nenäoireisiin?
- Onko nuhaisuutta, vetistystä/nenän kuivuutta?
- Onko muita oireita (kipu/nenäverenvuoto)

Onko potilaalla todettu tai epäilty nenän tukkoisuuteen liittyviä sairauksia, kuten astmaa, allergioita, uniapneatautia, nenävammoja? Allergiatestin tulokset. Tupakointitiedot. Aiemmat hoidot: leikkaukset, kuvantaminen – missä?

Status:

Nenä arvioidaan ennen ja jälkeen supistuksen (lidokaiiniadrenaliini tai adrenaliinisipaisu alakuori-koihin, supistuu 2-3 minuutissa)

- Kuorikkoturpeus, erite ja sen laatu - näkyykö polyyppeja tai märkää
- Limakalvojen kunto: kosteus/kuivuus/karstaisuus/verenvuoto
- Kuvaus mahdollisesta väliseinän vinoudesta
- Hampaiden kunto

Tutkimukset ja hoito avoterveydenhuollossa

Kuivaa limakalvoa hoidetaan kostutuksella (öljy- ja keittosuolavalmistee). Muilla potilailla käytetään lisäksi nenäkortisonisuihketta säännöllisesti vähintään 2-3kk, arvioidaan toteutunut käyttö ja vaste (huom. oikea annostelutapa). Aloitetaan tupakasta vieroitus. Selvitetään allergiat. NSO-rtg pitkittyneessä häiritsevässä oireessa ja toispuoleisissa oireissa.

Nenäkortisonista saatava hyöty tukkoisuuteen saadaan viikkojen- parin kuukauden, polypoosissa kortisonitipoillakin vasta kuukausien kuluessa. Keskustele paikalliskortisonin turvallisuudesta ver-rattuna systeemiseen hoitoon. Ohjaa hoito mahdollisissa limakalvon kuivumisoireissa (esim seesamöljysuihke, kortisonilääkkeen annosteluteknikka, mekaanisen puhdistelun välttäminen). Kirjoita riittävän pitkä lääkemääräys pitkäaikaiseen vaivaan. Nenäkortisonihoito voi olla nuhapotilaalla kausiluonteinen/ympärivuotinen oireiden mukaan, ja se on nenäpolypoosissa aina säännöllinen (K.s. rinosiniittiläheteohje KNK-sivuilta). Muu lääkehoito syyn mukaan.

Terveyskylän sivustolla ohjataan videoilla mm. nenäkortisonin ja huuhtelukannun käyttöä:

www.terveyskyla.fi/allergia-astmatalo

Lähetettä tehdessäsi kirjaa em. lisäksi tieto oheisen SNOT22- elämänlaatukyselyn pistemäärästä

Nenäoirekysely Sino-Nasal Outcome Test -22 (SNOT -22)

Alla on lista nenä- ja sivuontelosairauksiin liittyvistä oireista ja niiden vaikutuksista sosiaali- seen elämääsi ja tunne-elämääsi. Haluaisimme selvittää oireita ja niiden vaikutuksia tarkem- min ja toivomme sinun vastaavan seuraaviin kysymyksiin parhaan kykysi mukaan. Oikeita tai vääriä vastauksia ei ole, ja vain sinä voit antaa nämä tiedot. Arvioi millaisia vaivasi ovat olleet viimeisten kahden viikon aikana. Älä epäröi pyytää apua tarvittaessa. Kiitokset osallistumi- sestasi.

Otaen huomioon kuinka vaikeita oireesi ovat ja kuinka usein niitä esiintyy, arvioi joka kohdassa alla kuinka hankala ongelmasi on ympyröimällä numero, joka vastaa tuntemustasi.

	Ei ongelmia	Hyvin vähäinen ongelma	Lievä tai vähäinen ongelma	Kohtalainen ongelma	Vaikea ongelma	Pahin mahdollinen ongelma
1. Niistämisen tarve	0	1	2	3	4	5
2. Aivastelu	0	1	2	3	4	5
3. Nenän vuotaminen, nuha	0	1	2	3	4	5
4. Nenä on tukossa	0	1	2	3	4	5
5. Haju- ja makuaistin heikentyminen	0	1	2	3	4	5
6. Yskä	0	1	2	3	4	5
7. Liman valuminen kurkkuun	0	1	2	3	4	5
8. Paksu nenäerite, ”räkä”	0	1	2	3	4	5

9. Korvien lukkoisuus	0	1	2	3	4	5
10. Huimaus	0	1	2	3	4	5
11. Korvakipu	0	1	2	3	4	5
12. Kipu tai paine kasvoissa	0	1	2	3	4	5
13. Nukahtamisvaikeudet	0	1	2	3	4	5
14. Yöllinen heräily	0	1	2	3	4	5
15. Huonosti nukuttu yö	0	1	2	3	4	5
16. Herääminen väsyneenä	0	1	2	3	4	5
17. Väsymys / uupumus	0	1	2	3	4	5
18. Alentunut toimintakyky	0	1	2	3	4	5
19. Alentunut keskittymiskyky	0	1	2	3	4	5
20. Turhautuminen / levottomuus / ärtyisyys	0	1	2	3	4	5
21. Surullisuus	0	1	2	3	4	5
22. Kiusaantuneisuus / nolostuminen	0	1	2	3	4	5