

Een sinus pilonidalis of haarnestcyste is een holte in een huidplooi (vaak in de bilspleet), veroorzaakt door ingegroeide haren. De aandoening komt vaker voor bij mensen met een zittend beroep, zoals vrachtwagenchauffeurs. Door besmetting kan er een ontsteking optreden, waardoor een abces ontstaat. Als er sprake is van een abces zal dit chirurgisch worden geopend. 70% geneest spontaan, maar bij 30% blijven er klachten bestaan. Wij zullen dan de verschillende behandelopties met u bespreken.

Pit picking onder lokale verdoving

Tijdens de behandeling ligt u op uw buik. De chirurg krijgt bij de behandeling hulp van een medisch assistent. U krijgt eerst de injectie voor de lokale verdoving. Als deze goed is ingewerkt worden met behulp van een klein appelboortje de huidopeningen van de cyste verwijderd en de rest van de cyste wordt onderhuids schoongemaakt. De wondjes worden opengelaten.

Goed voorbereid op de behandeling

Roken of e-smoken

Roken zorgt voor een duidelijk verhoogde kans op het ontwikkelen van een abces en verhoogt de kans op het terugkrijgen van de klacht. We weten dat e-smoken minder schadelijk is dan gewoon roken, maar toch zien we ook bij e-smoken effecten op de wondgenezing.

Wij adviseren om het roken te staken, wij kunnen zelfs besluiten u niet te behandelen zolang u nog rookt.

Hygiëne

- Verwijder losse haren na kappersbezoek en na lichaamsontharing.
- Scheer de bilnaad niet.
- Houd de bilnaad schoon.

Voorkom lang zitten

Reductie gewicht

Bij overgewicht heeft de behandeling een lagere kans van slagen. Daarom adviseren wij u om overgewicht te verkleinen. Uw huisarts kan hierbij helpen.

Ontharen alleen bij recidief na eerdere behandeling

- Onthaar het gebied van de bilspleet zoveel mogelijk voor de operatie. Laser ontharing heeft de voorkeur. Informeer bij uw zorgverzekeraar over de vergoeding hiervan.

Afhankelijk van de hoeveelheid haar heeft u meerdere sessies nodig. Blond haar kan helaas niet gelaserd worden.

Adviezen na de behandeling

Gebruik pijnstillers

We raden aan om in ieder geval de eerste 2 dagen pijnstillers te gebruiken na de behandeling. U kunt hiervoor het volgende schema gebruiken:

- Elke 6 uur 1000mg paracetamol
- Elke 8 uur 400mg ibuprofen

Verzorging van de wonden

- 2-3 per dag douchen van de wonden of spoelen met een spuitje met lauw/warm water.
- Houdt de wonden open met een wattenstaafje totdat er geen wondvocht meer uit komt of de wonden al dicht zijn.
Wondgebied haarvrij houden door losse haren te verwijderen.
- Niet scheren.
- U mag wel douchen, maar niet in bad totdat de wonden dicht zijn.
- Dep de huid na het douchen goed droog.
- Draag een maandverband en vervang deze regelmatig totdat er geen vocht meer uit de wonden komt.

Ontharen van de wondranden

Houd de wondranden en de bilspleet zoveel mogelijk haarvrij tot dat de wond(en) dicht zijn.

Leefregels

U mag na 2 weken weer sporten.

Controle na de behandeling

- Na 6 weken komt u voor controle van de wond bij de chirurg terug.
- Als na 3 maanden de sinus pilonidalis nog niet genezen is kan er voor gekozen worden nog een keer een pit picking uit te voeren. Bij onvoldoende resultaat zal gekozen worden voor een behandeling onder narcose of een ruggenprik genaamd een Bascom Cleft Lift.

Normale klachten na de behandeling

Bloed- en/of vochtverlies Dit is normaal bij een open wond tot de wond dicht is.

Bel ons bij deze klachten

- Ernstig bloedverlies
- Als het bloeden niet stopt, blijf dan niet op de wc zitten. Ga in bed liggen en druk de uitwendige wond eventueel af met een stapeltje gaasjes. Zorg dat er iemand bij u is en bel ons.

- Ernstige pijn
- Als de pijn niet minder wordt bij het opvolgen van de instructie over pijnstilling.
- Zwelling van de wond met of zonder pusverlies
- Indien u meer dan 38.5 graden koorts heeft
- Indien u zich zorgen maakt

Complicaties

Trage wondgenezing

Bij een open wond kan de genezing traag verlopen en kan zich 'wild vlees' (hypergranulatie) vormen. Soms moet dit behandeld worden met zilvernitraat of een zalf met antibiotica en corticosteroïden.

Terugkeren van de klacht

De kans op het terugkeren van de cyste na de operatie is mogelijk. We doen er alles aan om dat te voorkomen. In sommige gevallen raden we aan de wondranden te scheren zodat er geen haren in de wond kunnen komen.

Contact

U kunt bellen met de Polikliniek Chirurgie 020-755 7014 of buiten kantooruren (tot 22.00) met de Spoedeisende hulp 020-755 6559. Tussen 22.00 uur en 8.00 uur kunt u contact opnemen via het algemene telefoonnummer van het ziekenhuis, 020 -755 7000.