

ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ:

Τι είναι Φυσιολογικό

- Λίγες ροζ ή κόκκινες γραμμές στο σάλιο
- Πόνος ή τσούξιμο στο λαιμό, στα αυτιά ή τον τράχηλο.
- Πυρετός μέχρι 38°.
- Πρησμένη σταφυλή (ανάμεσα από τις αμυγδαλές)

Τι ΔΕΝ είναι Φυσιολογικό

- Αιμορραγία: Λιώστε ένα ή δύο παγάκια στο στόμα και επικοινωνήστε αμέσως μαζί μας.
- Ισχυρότατος Πόνος που δεν υποχωρεί με τα συνηθισμένα αναλγητικά. Επικοινωνήστε με το γιατρό για οδηγίες.

Αν ο πόνος μετά την επέμβαση δεν ελέγχεται με τα φάρμακα που σας έχουμε συνταγογραφήσει, μπορείτε να έλθετε στο Νοσοκομείο για ενδοφλέβια αναλγητική αγωγή (χωρίς εισαγωγή).

ΤΗΛΕΦΩΝΑ ΑΝΑΓΚΗΣ

Γιώργος Παπαναστασίου:	6946– 659 654
Τ. Τερζής:	6944– 35 00 92
Δ. Μανίκα (γραμματεία):	6972– 264 464

Μετά την Αμυγδαλεκτομή

Οδηγίες μετά από την εγχείρηση



ΡΙΝΟΛΟΓΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΑΘΗΝΩΝ
ATHENS RHINOLOGY TEAM

Δρ Τιμολέων Φ. Τερζής

Χειρουργός Ωτορινολαρυγγολόγος

Δημ. Βασιλείου 11, 15451 Ψυχικό. ☎ 6972 264 464

www.art-ori.com

Δρ Τιμολέων Φ. Τερζής

Χειρουργός Ωτορινολαρυγγολόγος

Την ημέρα της επέμβασης:

Κατά τις πρώτες μετεγχειρητικές ώρες χρειάζεται κάποια προσοχή για την πιθανότητα αιμορραγίας. Λίγο αίμα, σαν κόκκινη ή ροζ γραμμή στο σάλιο, είναι φυσιολογικό και δεν πρέπει να σας ανησυχήσει. Αν όμως το αίμα είναι περισσότερο, ζητήστε από την αδελφή ένα-δύο παγάκια και αφήστε τα να λιώσουν στο στόμα σας.

Για τέσσερις ώρες μετά το ξύπνημα από τη νάρκωση, δεν επιτρέπεται να πάρετε οτιδήποτε από το στόμα, υγρό ή στερεό. Αν διψάτε, βρέξτε τα χείλη και τη γλώσσα σας με μία γάζα βρεγμένη σε νερό. Η αδελφή θα σας δώσει ότι είναι απαραίτητο γι' αυτό.

Μετά τις πρώτες τέσσερις ώρες, μπορείτε να πάρετε από το στόμα μόνο παγωμένα υγρά.

Το πρώτο και δεύτερο εικοσιτετράωρο μπορεί να ανέβει λίγο η θερμοκρασία σας, συνήθως μέχρι 38°C. Μην ανησυχίσετε. Είναι φυσιολογικό και υποχωρεί μέσα σε λίγες ώρες.

Είναι απαραίτητο να παίρνετε τα φάρμακά σας. Σας προστατεύουν από λοιμώξεις και μειώνουν σημαντικά τον πόνο στο λαιμό.

Όταν πάτε στο σπίτι:

Δίαιτα

Δεν συνιστούμε κάποια ειδική διαίτα μετά την επέμβαση. Από τη στιγμή που πηγαίνετε στο σπίτι, είστε ελεύθερος/η να φάτε ό,τι θέλετε, με τους εξής περιορισμούς: Η τροφή θα πρέπει να είναι αρχικά υγρή ή ημίρρευση (πχ ποτά, σούπα, παγωτό, κρέμα, γιαούρτι), στη συνέχεια μαλακή (πχ πουρές, μακαρόνια, μπιφτέκι στον ατμό) και τέλος κανονική. Η μετάβαση από τη μία κατηγορία στην άλλη θα ρυθμίζεται από εσάς, ανάλογα με το τι μπορείτε να φάτε.

Το φαγητό πρέπει να είναι καταρχήν κρύο και μετά την πέμπτη μέρα σε θερμοκρασία δωματίου. Αν δυσκολεύεστε να φάτε επειδή πονάει ο λαιμός, πάρτε λίγο σιρόπι Deron ή Ponstan είκοσι λεπτά πριν το γεύμα.

Πρέπει να τονιστεί ότι όσο περισσότερο "χρησιμοποιείτε" το λαιμό σας μετά την εγχείρηση, τόσο γρηγορότερα θα περάσει ο μετεγχειρητικός πόνος. Επομένως, η μάσηση και η ομιλία όχι μόνο δεν απαγορεύονται, αλλά επιβάλλονται.

Δραστηριότητα

Αποφύγετε την επαφή με ασθενείς και τα πολυσύχναστα μέρη τις πρώτες τέσσερις με πέντε μέρες, για την αποφυγή μετάδοσης λοιμώξεων (π.χ. ιώσεων). Μετά την πέμπτη μέρα, μπορείτε να επιστρέψετε στη δουλειά σας, εφόσον νιώθετε καλά.

Απαγορεύεται η σωματική καταπόνηση, η γυμναστική (ιδιαίτερα τα βάρη), οι βαριές δουλειές στο σπίτι και γενικότερα η υπερβολική προσπάθεια και το σφίξιμο. Αν υποφέρετε από δυσκοιλιότητα πάρτε το φάρμακό σας ή ζητήστε τη συμβουλή του γιατρού σας.



Φάρμακα

Η φαρμακευτική θεραπεία συνεχίζεται για δέκα μέρες περίπου μετά την εγχείρηση.

Αντιβίωση: Για την πρόληψη μόλυνσης του τραύματος.

Σιρόπι Deron και Ponstan: Εναλλάξ όσο συχνά χρειάζεται, ώστε να μην πονάτε.

Υπόθετα Lonarid: Όχι τακτικά αλλά σε περίπτωση πολύ δυνατού πόνου. Η απορρόφηση του φαρμάκου από το έντερο είναι άμεση (σαν να κάνετε ένεση) και η ανακούφιση γρήγορη.

Απαγορεύεται αυστηρά η λήψη ασπιρίνης και αντιπηκτικών για 3 εβδομάδες μετά την επέμβαση.