

Leefregels na een tonsillectomie

Keel-, Neus- en Oorheelkunde

Inleiding

U heeft in ons ziekenhuis een tonsillectomie ondergaan. Om het genezingsproces zo goed mogelijk te laten verlopen, hebben wij een aantal leefregels opgesteld. Deze folder geeft algemene informatie over leefregels na een tonsillectomie.

Na de operatie

Voeding/vocht: regelmatig drinken en waterijsjes eten. Kauwgom eten bevordert de genezing. Voeding uitbreiden met (gemalen) voeding. Eerst brood zonder korst (ontbijt of lunch), daarna afgekoeld normaal dieet, geen alcohol. Vermijd de eerste 5 dagen hard, zuur/scherp voedsel en koolzuurhoudende dranken. Volle merkproducten, chocolade en banaan kunnen meer slijmvorming geven. Het is beter deze niet te nemen.

Meestal mag u de dag van de operatie naar huis, indien noodzakelijk blijft u nog een extra nacht in het ziekenhuis. Controleafspraak indien nodig op de polikliniek Keel-, neus- en oorheelkunde (KNO). Controle is alleen nodig als u 8 weken na de ingreep nog klachten ondervindt. De KNO-arts zal ongeveer 3 maanden na de ingreep telefonisch contact met u opnemen om te horen, hoe het met u gaat.

De eerste dagen na de ingreep is praten en eten pijnlijk. Soms straalt de keelpijn uit naar de oren. De stem klinkt als praten met volle mond. Deze klachten gaan geleidelijk over. Een lichte temperatuurverhoging (tot 38,5°C) als reactie op de ingreep is normaal. Op de plaats van de verwijderde amandelen ontstaan een grijs-witte laag (korstje). Dit is normaal en geen ontsteking. De adem kan hierdoor wat weelig ruiken en een vieze smaak in de mond geven. Het korstje is na ongeveer een week verdwenen. Het loslaten van dit korstje gaat soms gepaard met een beetje bloed (in het slijm). De eerste dagen kunt U een zwarte ontlasting hebben t.g.v. het inslikken van bloed.

(Pijn)klachten

U kunt na de operatie last krijgen van oorpijn.

Als u pijn heeft, mag u de volgende medicatie gebruiken:

- paracetamol 500 mg, viermaal daags twee tabletten om **06.00 uur, 12.00 uur, 18.00 uur en 23.00 uur**;
- ibuprofen 400 mg, zonodig maximaal 3 tabletten per dag.

Wat mag u niet doen?

De eerste twee weken na de operatie mag u niet:

- te warm douchen;
- in de volle zon of onder de zonnebank;
- naar de sauna.

Complicaties

Zoals bij iedere operatie, kunnen ook bij een tonsillectomie complicaties optreden.

Gelukkig komen deze niet vaak voor en kunnen ze meestal verholpen of behandeld worden. Een mogelijke complicatie is een (na)bloeding. Zo'n bloeding herkent u doordat er helderrood bloed in uw mond komt. Dit is geen reden tot ongerustheid, wel vragen wij u contact op te nemen met ons ziekenhuis.

Contactgegevens

Bij complicaties of bijzonderheden kunt u op werkdagen van **08.00 - 17.00 uur** contact opnemen met het secretariaat Keel-, Neus- en Oorheelkunde, telefoon 053 - 487 22 30.

Buiten kantooruren kunt u bellen met de Spoedeisende Hulp 053-4873333.

Wanneer bent u hersteld?



Als u zich goed voelt, kunt u uw werkzaamheden hervatten.

Controle.

Ongeveer 3 maanden na de ingreep zal de KNO-arts telefonisch met u contact opnemen om te informeren hoe het met u gaat.