

Fjerning av mandler (tonsillektomi/tonsillotomi) hos voksne

Operasjonen utføres i narkose.

Under operasjonen fjernes mandlene og det etterlates en sårflate som må tilheles fra bunnen av.

Du må være på sykehuset 3 timer etter at du er ferdig operert (2 timer for tonsillotomi)

Etter operasjonen:

Blødning

Ved blødning: kontakt Akuttmottaket SSK på telefon 38 07 34 21 snarest for råd og hjelp videre. Dersom telefonen ikke besvares raskt, ring 113.

- Blødning fra munn og/eller nese er sjelden. Oppstår det blødning, skjer dette oftest de første timene etter operasjonen. Det kan også forekomme 5-7 dager senere når sårskorper og evt. sting løsner
- Litt blod i spyttet kan forekomme de første 14 dagene etter operasjonen. Da kan det være lurt å prøve kaldt omslag på hals/nakke eller ta en isbit i munnen og la den smelte. I løpet av tiden det tar for isbiten å smelte stopper ofte tilløp til blødning.

Smerter

Det gjør vanligvis vondt i halsen 1-2 uker etter operasjonen

- Det er normalt at smertene øker etter 3-7 dager, for senere å avta. Dette er en normal del av sårtilhelingen
- Smerten er som oftest verst på morgenen, ta derfor smertestillende med en gang du våkner
- Ubehag i tungen kan forekomme de første dagene etter operasjonen da tungen presses ned under operasjonen. Ubehaget lindres ved å bevege tungen, for eksempel ved å spise og drikke
- Øreverk kan forekomme uten at det er en øreinfeksjon. Dette lindres av smertestillende du tar mot halssmertene, og det kan også virke lindrende å tygge tyggegummi

Det er viktig at du tar smertestillende medikamenter regelmessig etter legens forordning slik at du er godt smerte lindret og unngår smertetopper

De smertestillende tablettene virker best når de tas samtidig. En må regne med at en trenger smertestillende 7-14 dager etter inngrepet.



trygghet når du trenger det mest

Anbefalte smertestillende du starter med når du kommer hjem:

Paracet og Arcoxia bør du ta fast:

Paracet 1 gram (2 tabletter á 500 mg) tas opptil 4 ganger i døgnet (hver 4.-6.time)

Arcoxia 90 mg (1tablett) tas en gang i døgnet om morgenen sammen med første dose Paracetamol

Hvis du fremdeles ikke oppnår nok smertelindring kan du i tillegg ta:

Tramadol 50 mg (1-2 kapsler) opptil 4 ganger i døgnet. Tas samtidig med Paracetamol

NB! Operasjonsdagen fortsetter du med Ibux ut dagen.

Deretter går du over til Arcoxia som erstatter Ibux, og som kun tas en gang i døgnet

Smertebehandlingsskjema:

		Morgen	Formiddag	Ettermiddag	Kveld/natt
Fast	Paracet 1 gram x 4	x	x	x	x
Fast	Arcoxia 90 mg x 1	x			
Ved behov	Tramadol 50 mg x 3 (4)	x	x	x	(x)

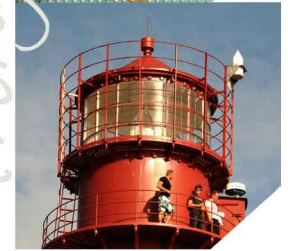
Vannlating

Påse at vannlatingen fungerer som normalt etter behandlingen. Ta kontakt med sykehuset dersom du ikke får latt vannet i løpet av ettermiddag/kveld.

Hvis du later vannet sjeldent og har mørk urin, skyldes dette trolig at du har drukket for lite.

Mat/drikke

- Det er viktig at du drikker rikelig etter operasjonen. Gode alternativer er isvann, kald saft, smoothie, slush, yoghurt og is. Kalde drikker vil også dempe hevelsen i halsen.
- Unngå varm mat og drikke det første døgnet etter operasjonen for å redusere blødningsrisikoen.
- Unngå kullsyre, alkohol, tobakk og sterkt krydret mat.
- Moset/bløt mat vil være lettere å svelge de første dagene etter operasjonen, men du kan gradvis gå over til vanlig mat.
- Unngå skorper, chips og knekkebrød i 2 uker.



trygghet når du trenger det mest

Sår/hygiene

- Puss tennene som vanlig morgen og kveld
- Vond smak i munnen og dårlig ånde er vanlig
- Hvitt belegg på sårflatene i halsen er en normal del av sårtilhelingen

Aktivitet

- Du kan være oppegående, men bør ta det med ro etter operasjonen. Sykemelding i 10-14 dager er vanlig
- Unngå idrettsaktiviteter eller andre aktiviteter som gir høy puls i 2-3 uker etter operasjonen
- Det er gunstig å ha hodet høyt på en pute når du sover/slapper av

Kontakt Akuttmottaket SSK på tlf. 38 07 34 21 dersom:

- du får blødning etter operasjonen
- du får symptomer på infeksjon, dvs. temperatur over 38,5 og redusert almenntilstand
- du får i deg for lite drikke/mat

Kontakt (ved andre spørsmål)

Sørlandet sykehus Arendal (ØNH): Kan kontaktes mellom kl. 08.00 og 15.00 på telefon 37 01 45 31. Ved spørsmål etter kl. 18.00, som ikke kan vente til neste dag, ring Akuttmottak i Kristiansand på telefon 38 07 34 21.

Sørlandet sykehus Kristiansand: Kan kontaktes mellom kl. 08.00 og 18.00 på telefon 38 03 84 41. Ved spørsmål etter kl. 18.00, som ikke kan vente til neste dag, ring Akuttmottak på telefon 38 07 34 21.

Lykke til og god bedring!



trygghet når du trenger det mest