

Для выздоровления важно пить достаточно жидкости, чтобы предотвратить возникновение боли и воспаления в горле. Чтобы кушать было безболезненно, советуем, при возможности, принимать обезболивающее за 30 минут до еды (не превышайте допустимую дневную дозу!).

**NB! В течение двух послеоперационных недель остаётся опасность кровотечения!** Поэтому в это время ограничьте или избегайте:

- физической нагрузки (поднятие тяжестей, наклоны вперёд);
- хождений в баню и солярий, принятий ванн, загораний, восстанавливающих процедур, полётов на самолёте, долгих поездок на машине.

При принятии душа вода должна быть прохладной.

**NB!**

- Если обнаружите в слюне кровь, ложитесь спокойно в кровать, положите на шею что-то холодное, например холодный (ледяной) мешок, который предварительно обернут полотенцем и постарайтесь кровь не глотать. Если кровотечение не остановится в течение двух часов или станет интенсивнее - обратитесь в ближайшую больницу или вызовите скорую помощь.
- Если кровотечение сразу интенсивное - быстро обратитесь в ближайшую больницу или вызовите скорую помощь.

Клиника болезней уха, горла, носа  
Куперьянова 1, Тарту  
Дежурная сестра тел. 731 9783  
[www.kliinikum.ee/korvakliinik](http://www.kliinikum.ee/korvakliinik)

Составлено: Клиника болезней уха, горла, носа  
Перевод: сестра Инна Рауд  
11/2017

## Тонзилектомия или удаление небных миндалин

**Гланды** находятся в глотке, с обеих сторон нёба. Удаление гланд происходит под общим или под местным наркозом, об этом Вы должны предварительно договориться на приёме у своего лечащего врача. При общем наркозе за 6 часов до операции нельзя принимать пищу и пить. При местной анестезии - о приеме пищи и жидкостей проконсультируйтесь со своим лечащим врачом.

Послеоперационное время пребывания в больнице обычно 24 часа.

### **Показания для операции**

- Частые острые или хронические воспаления гланд.
- Связанные с хроническим воспалением миндалин осложнения на другие органы (сердце, почки, суставы).
- Нарушение дыхания во время сна и храпота, вызванные чрезмерным увеличением, гипертрофией гланд, как у детей, так и у взрослых.

### **Послеоперационный период**

После операции под общим наркозом Вас привезут в послеоперационную палату, после чего уже в палату отделения. После операции под местным наркозом, Вас отвезут сразу в палату отделения. Важен постельный режим и покой. При возникновении боли сразу сообщите сестре отделения.

После операции у Вас может возникнуть кровотечение. Кровь нельзя глотать, а надо выталкивать языком на бумажку или в специальную ёмкость. В противном случае персонал не сможет оценить степень кровотечения, также у Вас может возникнуть тошнота и рвота. Если в слюне крови больше нет, то по истечении 2 часов Вам разрешат пить холодную воду и дадут мороженное или йогурт.

### **Выписка из больницы**

При выписке из больницы Вам при необходимости дадут больничный лист или справку об освобождении от школы, детсада для ребёнка. Больничный лист выдаётся на 8 дней, на более долгий срок его сможет продлить Ваш семейный врач.

### **Домашний уход**

На месте ран образуется вначале белый, позднее желтоватый налёт, который может быть временной причиной плохого запаха изо рта. Налёт исчезнет сам, обычно на 10–14 день после операции.

Не полощите, не промывайте, а также не дезинфицируйте горло, пока налёт не исчезнет. На следующее утро после операции чистить зубы надо аккуратно, чтобы не повредить раны. После операции двигайтесь и разговаривайте в зависимости от своего самочувствия. Опасность кровотечения сохраняется 2 недели, физическая нагрузка может спровоцировать кровотечение. На протяжении второй послеоперационной недели, возможна боль, отдающая в ухо. Принимайте болеутоляющее, парацетамол, для облегчения боли.

### **Обезболивание**

Послеоперационная боль обычно длится 2 недели. Не терпите боль. Используйте для обезболивания парацетамол (рекомендуется в виде растворимых таблеток, детям сиропом или свечкой), так как он не повышает риск кровотечения. Более сильное обезболивающее, при необходимости Вам назначит Ваш лечащий или семейный врач. Нельзя принимать некоторые нестероидные противовоспалительные препараты (аспирин, ибупрофен, диклофенак), так как они способствуют возникновению кровотечения.

Если Вы принимаете разжижающие кровь препараты (мареван, плавикс, аспирин), - проконсультируйтесь со своим семейным врачом о необходимости их применения. Не забывайте принимать свои ежедневные лекарства, если у Вас высокое давление, и назначено лечение.

### **Еда**

В первые 2 дня после операции еда должна быть жидкая и прохладная (йогурт, мороженное, бульон, кисель, суп-пюре, кефир, сметана). Далее, в течение 2 недель - мягкая прохладная пища (овощные пюре, пюре из мяса, каши). По истечении двух недель можно осторожно начинать есть обычную пищу. Первые недели избегайте сухой и твёрдой пищи, так как при попадании на поверхность ран, её сложно оттуда удалить. Также нельзя есть карамельные конфеты и пить газированные/кислые напитки. Избегайте алкоголя.