

Leefregels na een operatie bij volwassenen aan de keelamandelen

U heeft in ons ziekenhuis een operatieve behandeling aan de keelamandelen ondergaan, ook wel een tonsillectomie genoemd.

Pijnmanagement

Na de operatie zult u pijn ervaren in de keel, mogelijk uitstralend naar de oren. Om deze pijn te verlichten krijgt u bij ontslag pijnmedicatie mee. We adviseren u om de eerste 5-7 dagen deze medicatie standaard in te nemen en vervolgens af te bouwen afhankelijk van de pijn. Vergeet niet om de pijnstillers in te nemen op de voorgeschreven tijdstippen, zelfs als de pijn draaglijk lijkt. Het is gemakkelijker om pijn te voorkomen dan te behandelen. Naast koud water kan het zuigen op ijsblokjes, waterijsjes of het gebruik van ijskompresen op de buitenkant van de keel helpen om zwelling en pijn te verminderen. Vermijd het schrappen van de keel om irritatie te voorkomen.

Bloeding

Het is normaal dat er na de operatie wat vers bloed uit de keel komt. Ook kan donker bloed worden gebraakt, wat oud bloed is dat tijdens de operatie in de maag terecht is gekomen. Mocht u echter onverwacht veel bloed verliezen of een grote nabloeding ervaren, neem dan direct contact op met ons.

Wondgenezing

Op de plaats waar de keelamandelen zaten, vormt zich een grijswitte korst, die meestal na een aantal dagen loslaat en spontaan verdwijnt. Bij het loslaten van de korst kan kortdurend wat bloedverlies ontstaan.

Dieet

Er zijn geen speciale dieetmaatregelen nodig. Het is echter belangrijk om voldoende te drinken, aangezien dit helpt om het wondbed schoon te houden en het risico op nabloedingen vermindert. Vlak na de operatie vinden de meeste mensen het prettig om voornamelijk zacht voedsel te eten. Melkproducten kunnen extra speekselvorming veroorzaken en worden over het algemeen als plakkerig ervaren, terwijl koolzuurhoudende dranken te prikkelend kunnen zijn.

Rust en herstel

Neem gedurende minstens een week rust. U kunt verwachten dat u na ongeveer twee tot drie weken voldoende hersteld bent om uw normale activiteiten te hervatten. Luister naar uw lichaam en forceer uzelf niet te snel.

Controle

Na ongeveer 8 weken vindt de laatste controle bij de KNO-arts plaats. Mocht u eerder vragen hebben dan kunt u ons telefonisch bereiken of via de BeterDichtbij app.

Belangrijke contactgegevens

Bij klachten buiten kantooruren die gerelateerd zijn aan de operatie en niet kunnen wachten tot de volgende dag kunt u contact opnemen met de Spoedeisende Hulp op 0512 588 146. Voor overige vragen kunt u de polikliniek Keel-, neus- en oorheelkunde bellen. Zij zijn bereikbaar op 0512 588 804 tussen 08.00 en 16.30 uur.