

Nachbehandlung nach Tonsillektomie/ Tonsillotomie

(Teil-)Entfernung der Gaumenmandeln

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

es wird/wurde Ihnen in/vor einigen Tagen die Mandeln entfernt/verkleinert. Wir möchten Ihnen mit diesem Informationsblatt einige Tipps und Hinweise geben, die für die möglichst optimale Abheilung der Wunde im Rachen hilfreich sind.

Bei der Entfernung/Verkleinerung der Mandeln entsteht zwangsläufig ein Wundbett, welches im Verlauf der Heilung narbig abheilt. Man kann sich dies ähnlich einer Schürfwunde der äußeren Haut vorstellen. Auch hier kommt es zur Bildung von „Wundschorf“ und Krustenbildung durch Substanzen, die durch die Wunde natürlicherweise „ausgeschwitzt“ werden. Diese Krusten müssen sich im Verlauf der Wundheilung lösen. Dies birgt die Gefahr, dass es bei der Ablösung zu kleinen, selten auch stärkeren bis hin zu lebensbedrohlichen Blutungen kommen kann.

Um die Wahrscheinlichkeit einer Nachblutung zu minimieren, wollen wir Ihnen hiermit folgende Verhaltensmaßregeln zur Gewährleistung einer möglichst optimalen Abheilung empfehlen:

- **Vermeidung anstrengender Tätigkeiten bzw. Vermeidung von verstärkter Durchblutung des Kopfes (roter Kopf) für mindestens 2 Wochen.**

Kein Sport, keine Sonnenexposition, keine Sauna oder Dampfbad, kein heißes Bad, langsames/kein Treppensteigen. Kein Alkoholgenuss, kein Rauchen (aktiv oder passives). Insgesamt körperliche Schonung. Nach der Entlassung aus der Klinik ist eine Körperpflege per kurzer Dusche mit lauwarmem Wasser möglich.

- **Längere Reisen oder Fahrten sollten in den ersten 3 Wochen nach der Operation nicht angetreten werden.**

- **Bezüglich der Ernährung gilt grundsätzlich: Alles, was schmeckt und verträglich ist.**

Allerdings sollten Sie „Extreme“ vermeiden. Das heißt, die Speisen sollten nicht zu sauer, nicht zu bitter, nicht zu heiß und nicht zu scharf sein. Besonders wichtig ist, dass Sie alle Speisen vor dem Schlucken gut kauen.

- **Keine ASS-(Acetylsalicylsäure-)haltigen Schmerzmittel:**

Bitte nehmen Sie 21 Tage postoperativ keine Schmerzmittel ein, die Acetylsalicylsäure enthalten (ASS, Aspirin, Godamed, Thomapyrin etc), da sie die Blutungsneigung erhöhen.

Patienten die Marcumar/Coumadin/Xarelto/Eliquis/Pradaxa/Sonstige neue orale Antikoagulantien (Blutverdünner) einnehmen, sollten erst nach Rücksprache mit Ihrem behandelnden HNO-Arzt und dem Hausarzt oder behandelnden Kardiologen die Medikamente wieder einnehmen.

- **Ausreichende Flüssigkeitszufuhr.**

Bei Kindern bis 14 Jahren sind je nach Körpergewicht mindestens ca. 1 - 1,5 Liter zu empfehlen. Bei Jugendlichen über 14 Jahren und Erwachsenen gelten ca. 2 Liter als Mindestmenge. Bei der Wahl der Getränke sind koffeinhaltige Getränke wie Kaffee, Tee oder Cola nicht zu empfehlen, da sie in der Bilanz insgesamt eher zu einem Flüssigkeitsverlust führen. Sehr saure Säfte sind ebenfalls nicht zu empfehlen. Als optimal ist ein stilles Mineralwasser anzusehen.

Sollte es zu einer Nachblutung kommen (Speichel >15min blutig tingiert oder aktive Blutung aus dem Mund), stellen Sie sich bitte unverzüglich mit dem Rettungsdienst in dem Notfallzentrum des Waldkrankenhauses vor! Sollte es sich bei den Patienten um Kinder handeln, sollten diese in den ersten 14 postoperativen Tagen unter dauerhafter Beaufsichtigung stehen.

Wir hoffen, dass Sie mit der Behandlung und Ihrem Klinikaufenthalt zufrieden sind und wünschen Ihnen auch weiterhin eine gute Besserung und alles Gute.

Ihre

hno PRAXIS
HANGELAR

DR. MED. RÜDIGER JUNKER

Facharzt für Hals- Nasen- Ohrenheilkunde