

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient

Bei Ihnen ist eine Mandelentfernung (Tonsillektomie) geplant. Mit diesem Merkblatt geben wir Ihnen einige Informationen und nützliche Hinweise.

Bei Fragen sprechen sie uns bitte an.

Vorbereitung auf die OP (bereits zuhause)

- Haare waschen
- Nasen- / Lippen- / Zungenpiercings entfernen
- Oberlippenbart abrasieren
- Wenn Sie zum OP-Termin einen frischen Lippenherpes haben, sollte die OP verschoben werden – bitte geben Sie so früh wie möglich Bescheid!
- Bitte gehen Sie ungeschminkt in den OP

Ablauf während des stationären Aufenthaltes („Was erwartet mich?“)

Sie werden am Tag der Operation auf der Aufnahmestation („Boardingstation“) zur abgesprochenen Uhrzeit erwartet. Bitte kommen Sie NÜCHTERN. Von dort werden Sie in den OP gebracht. Nach der OP werden Sie im Aufwachraum betreut, bis die Narkose komplett abgeklungen ist. Danach werden Sie aus dem Aufwachraum abgeholt und auf die Station in Ihr Zimmer gebracht. Der stationäre Aufenthalt nach einer Mandelentfernung dauert 3 Tage.

Schmerzen

Durch den Eingriff entstehen Wundflächen, die Schmerzen verursachen. Diese halten nach der OP etwa 10-14 Tage an und sind meist morgens am schlimmsten. Sie erhalten von uns regelmäßig Schmerzmittel, wir empfehlen diese ca. eine halbe Stunde vor den Mahlzeiten einzunehmen. Sollte diese Medikation nicht ausreichen, können Sie auf Anfrage zusätzliche Schmerzmittel erhalten. Haben Sie das Gefühl weniger Schmerzmittel zu benötigen, kann die Dosis selbstverständlich reduziert werden. Nehmen Sie bitte keine eigenen Schmerzmittel oder eigenen Medikamente ohne Absprache mit uns ein, da diese sich unter Umständen negativ auf die Wundheilung auswirken können.

Ernährung

Nach der Operation haben Sie im Prinzip freie Auswahl beim Essen. Allerdings zeigt unsere Erfahrung, dass saure, scharfe, kräftig gewürzte Speisen sowie harte, krümelige Nahrung häufig zusätzlich Schmerzen verursacht, im Einzelfall sogar Nachblutungen auslösen kann. Wir empfehlen daher weiche und milde Nahrungsmittel (z.B. Rührei, Kartoffelbrei etc.).

Obst (auch Fruchtsäfte) und viele Gemüsesorten enthalten Säuren, die vermieden werden sollten.

Körperpflege / Verhaltensregeln

Zähne putzen ist problemlos möglich, allerdings sollten keine mentholhaltigen Zahnpflegemittel verwendet und die hinteren Backenzähne nur vorsichtig geputzt werden. Das Duschen und Haarewaschen ist mit körperwarmem (= lauwarmem) Wasser möglich. Prinzipiell gilt, dass Sie alles vermeiden sollten, was einen roten Kopf macht: Auf ausgiebige heiße Duschen, Wannenbäder sowie Sauna, Sonnenbäder und Sport (dazu gehört auch Sex!) sollten Sie für 2-3 Wochen nach der OP verzichten.

Nachblutung

Nachblutungen machen sich durch plötzliche Blutungen aus dem Mund bemerkbar. Handelt es sich um kleine Blutbeimengungen im Speichel, legen sie einen Eisbeutel in den Nacken und spülen den Mund mit kaltem Wasser aus. Das Blut bitte nicht schlucken, dieses kann zu Erbrechen führen. Sollte die Blutung nach ca. 10 Minuten nicht zum Stillstand kommen, lassen sie sie sich in die Klinik bringen.

Bei starken Blutungen kommen Sie direkt zu uns (ggf. per Krankenwagen!), gleiches gilt auch für Blutungen bei Kindern.

Krankschreibung

Je nach beruflichen Anforderungen und Heilungsverlauf sind Sie nach der OP für ca. 2-3 Wochen krankgeschrieben. Die Krankmeldung für den stationären Aufenthalt und eine Übergangsphase erhalten Sie bereits auf der Station. Ihr Haus- oder HNO-Arzt wird das weitere Vorgehen dann individuell mit Ihnen besprechen.

Wir wünschen Ihnen eine gute Besserung.

Ihr HNO- Team