



## Αμυγδαλεκτομή Μετεγχειρητικές οδηγίες

### Τι έγινε μέσα στο χειρουργείο;

Πριν την επέμβαση μπορεί να είχατε υποτροπιάζουσες αμυγδαλίτιδες, συχνά αποστήματα στις αμυγδαλές ή να είχατε υπερμεγέθεις αμυγδαλές που προκαλούσαν άπνοιες. Σε κάθε περίπτωση, η παρουσία των αμυγδαλών στο φάρυγγά σας, παρά το ότι γενικά είναι ένας φυσιολογικός ιστός, προκαλούσε περισσότερο κακό από ό,τι καλό.

Για το λόγο αυτό, στο χειρουργείο, με ελεγχόμενο τρόπο και πάντα με προσοχή, οι αμυγδαλές αφαιρέθηκαν.

Αν κοιτάξετε το λαιμό σας στον καθρέπτη, θα δείτε ότι είναι καλυμμένος με μια άσπρη μεμβράνη. Αυτό είναι φυσιολογικό και αναμενόμενο στην διαδικασία της επούλωσης του φάρυγγα. Σιγά σιγά θα φύγει, και ο φάρυγγας θα ξαναπάρει το ροδαλό του χρώμα.

### Τι να περιμένω μετά το χειρουργείο;

Η αφαίρεση των αμυγδαλών είναι από τις πιο ασφαλείς επεμβάσεις. Όπως σε κάθε χειρουργική επέμβαση όμως, υπάρχει μικρή πιθανότητα επιπλοκών.

**Πόνος:** Μετά την αμυγδαλεκτομή, ο λαιμός θα πονάει για περίπου δέκα ημέρες. Ο πόνος είναι συνήθως ήπιος ως μέτριος σε βαρύτητα.

Μπορεί να νιώθετε πόνο και στα αυτιά μετά το χειρουργείο. Αυτό είναι φυσιολογικό γιατί οι αμυγδαλές και τα αυτιά νευρώνονται από τα ίδια νεύρα. Το ότι πονάνε τα αυτιά, δε σημαίνει ότι έχετε ωτίτιδα.

Σας έχω συνταγογραφήσει δύο είδη παυσίπων. Τις πρώτες 3-4 ημέρες καλό είναι να τα παίρνετε στη μέγιστη δόση, ενώ μετά θα αρχίσετε σταδιακά να τα μειώνετε και να τα παίρνετε μόνο όταν τα χρειάζεστε. Μην παίρνετε διαφορετικά παυσίπονα από αυτά που σας συνταγογραφήθηκαν, καθώς κάποια είδη παυσίπων, όπως η ασπιρίνη, μπορούν να οδηγήσουν σε μετεγχειρητική αιμορραγία.

**Πυρετός:** Μερικοί ασθενείς εμφανίζουν πυρετό μετά την επέμβαση και αυτό συνήθως συνοδεύεται από μια κακή μυρωδιά στην αναπνοή. Αυτό οφείλεται σε φλεγμονή στην χειρουργημένη περιοχή. Χαμηλός πυρετός (38°C ή χαμηλότερος) είναι συνήθης τις πρώτες ημέρες μετά το χειρουργείο. Σε περίπτωση υψηλού πυρετού (πάνω από 39 °C), επικοινωνήστε άμεσα.

**Αιμορραγία:** Η πιο σοβαρή επιπλοκή είναι η αιμορραγία. Η αιμορραγία μπορεί να είναι άμεση, δηλαδή το ίδιο 24ωρο του χειρουργείου, αλλά μπορεί να εμφανιστεί ακόμα και 10 ημέρες με 2 εβδομάδες μετά την επέμβαση. Περίπου 5 ασθενείς στους 100 εμφανίζουν αιμορραγία μετά την αμυγδαλεκτομή, αλλά μόλις σε 1 στους 100 είναι απαραίτητη μια νέα επέμβαση για να σταματήσει αυτή η αιμορραγία.

Η αιμορραγία είναι σπάνια, αλλά είναι σοβαρή επιπλοκή. Αν δείτε αίμα στο στόμα σας, επικοινωνήστε ΑΜΕΣΑ για οδηγίες.

## Τι πρέπει να κάνω εγώ μετά το χειρουργείο;

Η περισσότερη δουλειά του χειρουργού τελείωσε με το τέλος του χειρουργείου. Η πιστή εφαρμογή των οδηγιών του χειρουργού θα καθορίσει σε μεγάλο βαθμό πόσο ομαλή θα είναι η περίοδος της επούλωσης.

**Φάρμακα:** Σας έχουν χορηγηθεί παυσίπονα και αντιβίωση. Τηρείστε τις ώρες χορήγησης των φαρμάκων για να έχουν τη μέγιστη δυνατή δράση.

**Δίαιτα:** Κάποιοι ασθενείς παρουσιάζουν ήπια ναυτία ή ακόμη και έμετο για 1-2 ημέρες μετά τη λήψη γενικής αναισθησίας. Μόλις αυτό υποχωρήσει μπορείτε να φάτε κανονικά.

Μπορείτε να τρώτε ό,τι τροφή θέλετε και σας αρέσει. Θα δείτε που μόνος σας θα καταλάβετε ποιες τροφές ανακουφίζουν και ποιες είναι πιο δύσκολες. Συνήθως, οι περισσότεροι ασθενείς προτιμούν τις πιο κρύες τροφές. Πολλοί πάλι ανακουφίζονται με ένα παγάκι στο στόμα τους σαν καραμέλα.

**Η πιθανότητα αιμορραγίας και φλεγμονής αυξάνεται όταν ο χειρουργημένος ασθενής δεν τρώει και δεν πίνει μετά την επέμβαση.**

Είναι σημαντικό να παίρνετε τα παυσίπονα που έχουν συνταγογραφηθεί, έτσι ώστε η λήψη τροφής να είναι πιο εύκολη.

Μην καπνίσετε ή πιείτε κάποιο αλκοολούχο ποτό κατά τις πρώτες δέκα ημέρες μετά το χειρουργείο.

**Δραστηριότητες:** Ο ελάχιστος χρόνος που πρέπει κάποιος να μείνει μακριά από την δουλειά του μετά από την επέμβαση είναι τέσσερις (4) ημέρες. Ο ακριβής όμως χρόνος εξαρτάται από τη δυσκολία της επέμβασης, τον έλεγχο του πόνου και το είδος της εργασίας σας (π.χ. σκόνες, αγροτική εργασία).

Είναι καλύτερο να αποφεύγονται οι κοπιαστικές δραστηριότητες για περίπου δύο εβδομάδες μετά το χειρουργείο, γιατί μπορεί να αυξήσουν την αρτηριακή πίεση, αυξάνοντας την πιθανότητα αιμορραγίας.

Μην προγραμματίσετε κάποιο ταξίδι μακριά από νοσοκομείο (π.χ. νησί, βουνό) για τις επόμενες δύο εβδομάδες από το χειρουργείο.

Μην οδηγήσετε και μην υπογράψετε ή πάρετε οποιαδήποτε σοβαρή απόφαση τις πρώτες 48 ώρες.

## Πότε πρέπει να επικοινωνήσω επείγοντως με το γιατρό μου;

Θα σας δοθούν ακριβείς οδηγίες για το πότε θα είναι το επόμενο ραντεβού στο ιατρείο. Ο έλεγχος στο ιατρείο είναι απαραίτητος για να προληφθούν και να διορθωθούν άμεσα τυχόν επιπλοκές της επέμβασης.

Μη διστάσετε όμως να επικοινωνήσετε άμεσα μαζί μου σε περίπτωση που έχετε:

1. αιμορραγία
2. έντονο πόνο που δεν υποχωρεί με τα παυσίπονα
3. πυρετό μεγαλύτερο από 39°C
4. σταδιακή επιδείνωση αντί σταδιακής βελτίωσης των συμπτωμάτων.

**Καλή συνέχεια και Καλή ανάρρωση!**