

## Materiały edukacyjne

<b>ZALECENIA PIEŁĘGNIARSKIE DLA PACJENTÓW PO OPERACJI USUNIĘCIA MIGDAŁKÓW PODNIEBIENNYCH</b>	<b>nr 12</b>
--	--------------

Migdałki są pierwszą barierą chroniącą układ oddechowy przed zarazkami. Czasem jednak bywają przyczyną kłopotów ze zdrowiem i trzeba przeprowadzić zabieg operacyjny celem ich usunięcia.

Co należy robić i co warto wiedzieć o postępowaniu po zabiegu:

- unikaj wysiłku, odpoczywaj trzymając głowę na podwyższeniu z 2-3 poduszek, aby zminimalizować obrzęk,
- zastosuj dietę półpłynną i lekkostrawną, po usunięciu migdałków dieta powinna być oparta na zimnych posiłkach – niska temperatura zmniejsza ból podczas połykania,
- pij dużo płynów, choć połykanie może być utrudnione - zaleca się spożywanie lodów, puddingów, produktów rozgniecionych,
- nie spożywaj produktów ostrych, gorących, twardych. Tosty, świeże owoce, krakersy, chipsy powinny być odstawione, ponieważ mogą drażnić gardło i spowodować krwawienie,
- po zabiegu może wystąpić uczucie zatkania nosa, chrapanie, zmiana głosu – objawy te ustępują po kilku tygodniach,
- unikaj kąpiei wodnych - po ok. 3 tygodniach można pływać ale nurkować dopiero po upływie ok. 6 tygodni.

Krwawienie występuje u 1-3% pacjentów po wycięciu migdałków podniebiennych.

Jeśli do niego dojdzie, zachowaj spokój, wypłucz usta zimną wodą i połóż się.

Jeśli krwawienie się utrzymuje skontaktuj się z lekarzem lub wezwij pogotowie ratunkowe.