

KOTIHOITO-OHJEET NIELURISALEIKKAUKSEN JÄLKEEN

Nielurisat sijaitsevat suun takaosassa nielun sivuseinissä. Leikkauksen jälkeen nieluun jää haavapinnat, joille ilmestyy parissa päivässä kellertävän harmaat peitteet, jotka aiheuttavat usein pahaa hajua hengityksessä. Peitteet irtoavat itsestään noin viikon kuluttua.

Kipu

Leikkauksen jälkeen saattaa olla koviakin nielemiskipuja, jotka säteilevät korviin. Kipu voi olla "aaltoilevaa" ja on voimakkaimmillaan noin 3 vuorokauden kuluttua leikkauksesta ja peitteiden irtoamisen yhteydessä. Kipu lakkaa yleensä parissa viikossa.

Särkylääkettä suositellaan otettavaksi säännöllisesti viikon ajan toimenpiteen jälkeen. Hyvä kivunhoito edistää paranemista. Lääkäri kirjoittaa kipulääkereseptin toimenpiteen jälkeen.

Leikkauksen jälkeen saattaa esiintyä 1-2 vuorokauden ajan lievää lämmönnousua.

Ota säännöllisesti/ tarvittaessa:

- Pronaxen 25mg/ml _____
- Paracetamol _____
- _____

Ruokailu

Leikkauspäivänä saa syödä nestemäistä viileää tai haaleaa ruokaa esim. jäätelöä, pirtelöä, jogurttia tai kiisseliä. Leikkauksen jälkeisestä päivästä alkaen voi syödä pehmeitä haaleita ruokia sekä soseita. Mitään karkeaa, kuten näkkileipää tai raakoja vihanneksia ei tule syödä ennen kuin peitteet ovat irronneet. Jääpalat, mehujäät ja jäätelö lievittävät kipua ja turvotusta. Nesteitä kannattaa nauttia runsaasti parin viikon ajan leikkauksesta, koska se estää nielun limakalvojen kuivumista ja näin vähentää vuotoriskiä ja kipua.

Hygienia

Suihkussa saa käydä normaalisti, mutta saunaan ja uimaan voi mennä vasta kahden viikon kuluttua leikkauksen jälkeen

Liikunta

Urheilu ja muu ruumiillinen rasitus eivät ole suositeltavia kahteen viikkoon leikkauksen jälkeen. Lento- ja laivamatkoille ei pitäisi lähteä toipumisaikana.

Jälkivuoto

Kun peitteet irtoavat voi nielusta erittyä veriviiurua tai runsaampaakin verenvuotoa. Jälkivuodon ensihoitona on istuva asento, jääpalojen imeskely ja kylmä kääre niskan taakse ja kaulalle. Jos vuoto pitkittyy tai sitä tulee runsaasti, ottakaa yhteys **HUS, korva,- nenä ja kurkkutautien klinikan päivystysosastoon** Kirurginen sairaala, Kasarmikatu 11-13, U-rappu, Helsinki .
Puh. 09-47173050

Teitä hoiti _____ / _____ 20 _____

HEMVÅRDS DIREKTIV EFTER TONSILLOPERATION

Tonsillerna befinner sig i svalgets sidoväggar. Efter operationen uppstår om ett par dagar en grågul beläggning på sårytan, som gör att andedräkten kan lukta illa. Beläggningen lossnar av sig självt efter cirka en vecka.

Smärta

Efter operationen kan smärtan i svalget vara kraftig och den kan stråla ut i öronen. Smärtan kan gå i vågor och är ofta som värst runt den tredje dagen efter operationen i samband med att sårbeläggningen lossnar. Smärtan försvinner inom ett par veckor. Tag gärna smärtmedicin regelbundet enligt direktiv. Vid behov skriver läkaren ett recept på smärtstilland. Temperaturstegring kan förekomma de första dagarna efter operationen.

Ta regelbundet/ vid behov:

- Pronaxen 25mg/ml _____
- Paracetamol _____
- _____

Mat och dryck

På operationsdagen kan man äta flytande svalt maträtter som t.ex. yoghurt, smoothie, välling eller krämer. De följande dagarna kan man äta fast, men mjuk mat som t.ex. soppor eller pure. Undvik grova produkter som t.ex. knäckebröd och råa grönsaker under den första veckan efter operationen. Isbitar, kall saft och glass lindrar smärta och svullnad. Drick gärna extra mycket under ett par veckors tid, detta motverkar att slemhinnorna i svalget torkar, vilket å andra sidan minskar blödningsrisken och lindrar smärtan i svalget.

Hygien

Ni kan duscha fritt, men undvik bastubad och simning de två följande veckorna efter operationen.

Motion

Undvik likaså all ansträngande motion. Längre flyg-, eller båtresor bör undvikas under konvalescenstiden.

Efterblödning

Efter operationen kan det synas blodstrimmor i spottet, något som är normalt. Om blödningen är rikligare kan man sätta en ispåse på nacken och halsen och samtidigt suga på en isbit. Ifall att blödningen är riklig eller långvarig, bör ni ta kontakt med **HUS, öron,- näsa och halsklinikens jouravdelning i Helsingfors**, Kirurgiska Sjukhuset, Kasarmikatu 11-13, U-trappa, Tel **09-47173050**

Ni sköttes ____ / ____ 20____ av