



Keel- neus- en oorheelkunde

Adviezen na het verwijderen van neus- en keelamandelen (jongeren en volwassenen)

Inleiding

Bij u/jou zijn de neus- en of keelamandelen verwijderd. Voor een spoedig herstel en om zoveel mogelijk ongemak te voorkomen adviseren wij u/jou het volgende:

Voedingsadvies gedurende de eerste 7 tot 10 dagen:

Operatiedag

- u/je mag alleen ijskoud water en waterijsjes
- drink regelmatig enkele slokjes
- laat ijsklontjes in je mond smelten, die helpen tegen de zwelling
- drink de eerste nacht elke twee uur iets zodat de keel vochtig blijft (gebruik geen rietjes in verband met verhoogde druk op de wond)

Dag na de operatie

- mag u/je alleen koud vloeibaar drinken en eten zoals: water, koude thee, appelsap, limonade, waterijs, appelmoes;
- geen melkproducten gebruiken; deze kunnen slijmvorming geven.

Daarna

U/Je mag normaal eten met inachtneming van onderstaande adviezen:

- veel (koud) drinken, eventueel ijsklontjes in water, (water)ijs of appelsap
- niet te zuur (sinaasappelsap)
- niet te zoet (limonadesiroop, geen rode ranja)
- niet te zout (soep, rookvlees)
- geen sterk gekruid voedsel
- geen koolzuurhoudende dranken (geen cola!)
- na melkproducten: zo nodig water drinken in verband met slijmvorming
- vermijd plakkerig voedsel (zoals chocolademelk, honing, appelstroop, banaan)
- voedsel niet te heet (laten afkoelen)
- geen scherpe randjes (zoals chips, patat, stokbrood).

Verdere adviezen

- Doe het gedurende één week kalm aan. Gemiddeld genomen adviseren wij om gedurende 1-2 weken na de operatie nog niet naar school / werk te gaan. Dit is afhankelijk van de mate van de ingreep, grootte van de amandelen en de mate van ziek-zijn voor- en na de operatie.
- De eerste twee weken niet sporten.
- De dag na de operatie kan weer gedoucht worden, maar niet te heet en niet te lang.
- In de eerste twee weken oppassen met langdurig verblijf in de zon of zware inspanning.
- (Pijn)medicijnen bij de apotheek ophalen en gebruiken volgens voorschrift. Op de groene kaart (die u/je mee krijgt) staat aangegeven bij welke apotheek de medicijnen klaar liggen.



- Als u/je habitane en/of ulcogant voorgeschreven hebt gekregen en u/je wordt er misselijk van, dan mag u/je hiermee stoppen.
- Niet mee-roken door verblijf in een ruimte waar gerookt wordt.

Bloeding:

Handel bij een (na)bloeding als volgt:

1. Eerst koud water met ijsklontjes drinken (gedurende ongeveer een half uur als u/je je verder goed voelt).

2. Als dit niet helpt, dan contact opnemen met de polikliniek KNO-heelkunde.

Wij zijn bereikbaar op werkdagen van 08.30 - 16.30 uur op telefoonnummer 0543 54 45 00. 's Avonds en 's nachts kun je contact opnemen met de afdeling Spoedeisende Hulp via telefoon: 0543 54 45 55.

Nog enkele opmerkingen

Het is normaal dat u/je na 5-7 dagen meer pijnklachten kan krijgen. Het is ook normaal dat er een wit beslag ontstaat in de keel. Dit verdwijnt vanzelf. Belangrijk is, dat u/je de pijnmedicijnen volgens voorschrift inneemt.

Wanneer er sprake is geweest van een normaal verlopen herstel en de ingreep goed resultaat heeft, is controle niet nodig. Indien u/je nog vragen hebt of toch nog even naar de keel wilt laten kijken, kun je hiervoor natuurlijk altijd een afspraak maken bij polikliniek KNO-heelkunde. Wij zijn bereikbaar op werkdagen van 08.30 - 16.30 uur op telefoonnummer 0543 54 45 00.