

Emlékeztető

Torokmandula-műtét után az osztályunkról távozó betegek részére

Mivelhogy a sebgyógyulás a kórházból való távozás után csak 7-10 nappal fejeződik be teljesen, így ezen idő alatt kímélő életmód javasolt.

Kerülendő minden olyan tevékenység, amely a fejben nyomásemelkedést, vérbőséget hoz létre.

Semmiért ne hajoljon le – mindenért le kell guggolni.

Kádban való fürdés helyett zuhanyzás ajánlott; egy hétig haját ne mosson és óvatosan fésülködjön; haját, fejét ne dörzsölje.

Házasedletet (csak egy hétig) ne éljen.

Nagytakarítást – porszívózást – ne végezzen; mosásnál a ruhacsavarást mellőzze.

Bevásárlásnál az 5 kg-os szatyor már nehéz!

Zárt légterű helységet, ahol sokan tartózkodnak – mozi, színház, diszkó, templom, stb. – ne látogasson. A tele-köhögött, tüsszögött levegő belégzése sebgyulladást idézhet elő.

Tömegközlekedésen utazhat. Autót vezethet óvatosan.

Szabad levegőn sétálhat a lakóhelye környékén. Tűző napsütés (szolárium) kerülendő. Strandra ne menjen. Télen hógolyózni, szánkózni egy hétig nem szabad.

Nagy fizikai terhelést, intenzív sportot, illetve úszást, szaunát egy hónap múlva vállalhat.

Nyelési- torokfájdalmak, illetve fülbe kisugárzó fájdalom esetén, valamint étkezés előtt 15-20 perccel fájdalomcsillapítót célszerű bevenni (pl.: Algopyrin, Cataflam, Panadol).

Hőemelkedés gyakori és jellemző, azonban lázcsillapító bevitelére sem szűnő, 38 C-fok feletti láz esetén keresse fel osztályunkat, vagy forduljon házi orvosához.

Utóvérzés a műtét után 1-2 hétig – igen ritkán – előfordulhat. Pár perc alatt sem szűnő véres köpések esetén haladéktalanul orvosi segítségre van szükség! **Erősebb vérzés esetén azonnal hívjon mentőt!** Hétköznap, éjjel-nappal osztályunkra jöjjön vissza – ha azt fél órán belül eléri, – amennyiben távolabb tartózkodik, akkor a legközelebbi kórházat keresse fel. Péntek déltől, hétfő reggel 8.00 óráig az ügyeletes fül-orr-gégészeti osztályhoz forduljon, melyről a Központi Ágynyilvántartó ad felvilágosítást – Tel: 311 60 00.

Étkezés:

Általában nem szabad enni-inni csípőset, erőset, savanyút, forró, jegeset, keményet (pl.: hamburger, pizza, kínai étel, panírozott-prézlis-hús, csípős kolbász, szalámi, paradicsomos étel-ital, savanyúság; ropi, csipsz, tömény szesz, szénsavas ital (sör!), citromos, narancsos, meggyes ital).

A kávé, teát, levest kissé hűtse le.

A közhiedelemmel ellentétben fagyit, jégkrémet ne fogyasszon.

A lágyszájpad és nyelvcsap duzzanata miatt a nyelés nehezebbé válhat, folyadék ivásakor pár csepp az orron keresztül visszafolyhat.