



برداشتن لوزه (تانسیلکتومی)

(آموزش زمان ترخیص)

فعالیت:

- ✓ در ۳ روز پس از عمل باید استراحت بیشتر داشته باشید.
- ✓ تا ۱۰ روز از زور زدن، فین کردن و فعالیت های بدنی شدید، اجتناب نمایید.
- ✓ تا ۱۰ روز از تحرک و بازی های رقابتی در کودکان جلوگیری کنید.

رژیم غذایی:

- ✓ ممکن است بیمار شما بعد از عمل به دلیل درد مختصری که شاید موقع بلع (قورت دادن) داشته باشد از خوردن اجتناب کند. بدانید که غذا خوردن بخصوص مایعات باعث میشود زخم سریعتر بهبود یابد. در صورت وجود درد، یکساعت بعد از خوردن مسکن مایعات و غذا بخورید.
- ✓ در ۱۰ روز بعد از عمل فقط مایعات شیرین و خنک و غذاهای نرم و ولرم استفاده شود. این رژیم به جلوگیری از خونریزی و تورم حلق کمک میکند. رژیم مناسب شامل بستنی ساده و پاستوریزه، شیر خشک، آب میوه شیرین و خنک، سوپ میکس شده، شیر برنج، کته نرم با ماست، پوره سیب زمینی میباشد.
- ✓ تا ده روز بعد از عمل از خوردن غذاهای ترش و تند، مایعات گرم، سوپ ادویه دار و ترش و تند، آبمیوه ترش مانند انار، نوشابه های گاز دار و نوشیدنی های کافئین دار ممنوع است.
- ✓ تا ۳ هفته بعد از عمل غذاهای جامد و خشک که باعث خراش ناحیه حلق میشود مثل نان سوخاری، نان خشک، ته دیگ، چپیس و پفک و آجیل خودداری کنید.

استحمام:

- ✓ استحمام روز بعد از عمل مجاز است.
- ✓ تایک هفته بعد از عمل حمام داغ ممنوع است. زمان حمام کردن نباید بیش از ۱۵ تا ۲۰ دقیقه باشد.
- ✓ به مدت طولانی در هوای داغ و گرم نباشید

خونریزی

- ✓ خونریزی محل جراحی از شایع ترین مشکلات بعد از عمل جراحی لوزه هاست.
- ✓ کم آبی بدن و فعالیت زیاد بدنی بعد از عمل جراحی و عفونت محل عمل خطر خونریزی را افزایش می دهد.
- ✓ ترشحات خونی رنگ در ۲۴ ساعت اول بعد از عمل در دهان بیمار وجود دارد که طبیعی می باشد.
- ✓ در صورتی که رنگ خون روشن باشد و حجم ترشحات زیاد باشد بایستی به پزشک و پرستار اطلاع دهید.
- ✓ خونریزی محل جراحی بیشتر مواقع طی ۷ تا ۱۴ روز بعد از عمل رخ می دهد، اما می تواند تا ۲۱ روز بعد از عمل نیز دیده شود.
- ✓ بهتر است در صورت خونریزی، تا سه هفته بعد از جراحی به جاهای دور مسافرت نکنید.



برداشتن لوزه (تانسیلکتومی)

(آموزش زمان ترخیص)

- ✓ اگر کودک دچار خونریزی شد، بهتر است کمی یخ بمکد و یا آب سرد بنوشد. سپس دراز بکشد و زیر سرش چند تا بالش قرار دهد تا سرش بالا قرار بگیرد.
- ✓ اگر مقدار خونریزی زیاد بود (بیشتر از یک تا دو قاشق مرباخوری پر) و یا بیش از ۵ دقیقه ادامه داشت، کودک را سریعاً به اورژانس بیمارستان برسانید.

سایر نکات

- ✓ در روز دوم ممکن است ۳۸/۵ درجه تب داشته باشید که طبیعی است برای کنترل تب میتوان از استامینوفن استفاده کرد به هیچ عنوان از آسپرین استفاده نکنید.
- ✓ بعد از عمل بخصوص روز پنجم و ششم ممکن است کمی گوش درد داشته باشید که طبیعی است که مربوط به زخم ناحیه عمل است.
- ✓ در محل برداشتن لوزه ها از روز دوم، پوشش سفید رنگی تشکیل میشود که طبیعی است و نشانه عفونت نیست، از دستکاری حلق و این ماده سفید رنگ اجتناب کنید.
- ✓ بوی بد دهان تا یک هفته بعد از عمل طبیعی است.
- ✓ شستشو و غرغره حلق با سرم استریل مرتب انجام دهید.
- ✓ تا ۲۴ ساعت بعد از عمل حالت تهوع و استفراغ طبیعی است.
- ✓ معمولاً بچه ها تا یک هفته و بالغین تا دو هفته زخم در گلو خواهند داشت.
- ✓ داروهای تجویز شده توسط پزشک را در منزل طبق ساعت و دقیق مصرف نمایید.
- ✓ بخیه های داخل دهان قابل جذب است و نیاز به کشیدن ندارد.
- ✓ مراجعه بعد از عمل به پزشک (در صورت عدم وجود مشکل) یک هفته بعد میباشد

علائم هشدار دهنده:

- لطفاً در صورت مشاهده هر کدام از علائم زیر فوراً "به پزشک مراجعه نمایید":
- ✓ در صورت بروز خونریزی (به صورت خونریزی با حجم زیاد و رنگ قرمز روشن از دهان یا بینی)
- ✓ در صورت داشتن تب
- ✓ در صورتی که بوی بد دهان تا یک هفته پس از عمل از بین نرود
- ✓ اگر درد گوش همراه با کاهش شنوایی باشد.