



## Liebe Patientin und Patienten,

eine Mandeloperation ist bei Ihnen geplant. Mit diesem Flyer möchten wir Ihnen den allgemeinen Behandlungsverlauf sowie wichtige Verhaltensregeln nach Ihrer Operation erläutern, die den Heilungsverlauf unterstützen können.

### Allgemeine Informationen zum Behandlungsverlauf

- Am Tag der OP-Vorbereitung erfahren Sie den OP-Tag und die genauen Uhrzeit, wann Sie sich auf der HNO-Station 5 bzw. Kinderklinik-Station 17 einfinden sollen.
- Postoperativ werden Sie auf Station 5 bzw. 17 für den weiteren stationären Aufenthalt in Empfang genommen.
- Der stationäre Aufenthalt beträgt in der Regel 5 Tage nach einer Mandelentfernung (Tonsillektomie) bzw. 2 Tage nach Verkleinerung der Mandeln (Tonsillotomie). Das bedeutet, dass die Entlassung am 5. bzw. 2. postoperativen Tag erfolgt.

### Allgemeine Verhaltensempfehlungen

- Nach der Operation kommt es zu Schmerzen im Rachenbereich und Schluckbeschwerden. Hierfür bekommen Sie ein festes Schmerzschema sowie eine Bedarfsmedikation verordnet. Sie können sich jederzeit bei der Pflege melden, insofern die Schmerzen noch nicht ausreichend gebessert haben.
- Zudem kann es nach der Operation zu einer Schwellung im Bereich des Zäpfchens und dadurch zu Schluckbeschwerden kommen. Die Nutzung von Kühlkompressen im Nacken sowie das Trinken von kühlen Wasser und Eis kann helfen.

## Spezielle Verhaltensempfehlungen

Sie können aktiv zu einer guten Wundheilung beitragen. Hierfür sollten Sie:

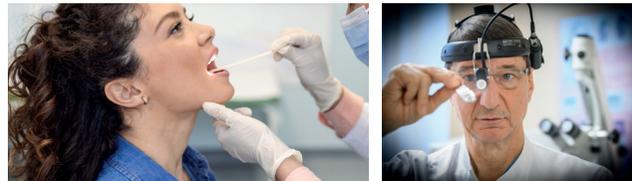
- Regelmäßig essen und viel trinken: sollte dies schmerzbedingt nicht regelmäßig möglich sein, fragen Sie bitte vor den Mahlzeiten nach Bedarfsmedikamenten.
- Die Zähne vorsichtig mit einer weichen Zahnbürste putzen.

Sie dürfen essen/trinken:

- sogenannte „weiche Kost“, die Sie von unserer Krankenpflege erhalten
- Dies umfasst u.a. Weißbrot ohne Rinde, Quark, Honig, Streichkäse, Streichwurst, Suppen, Joghurt.
- Bitte trinken Sie viel Wasser oder Tee und verzichten auf gesüßte Getränke sowie auf Kohlensäure.

Vermeiden Sie folgende Genuss- und Lebensmittel in den ersten 2 Wochen nach der Mandelentfernung:

- Kaffee (Koffein), Alkohol und Zigaretten/E-Zigarette (Nikotin)
- feste Nahrung (Brötchen, Brot, Nüsse, Pommes ...)
- Säuren, wie Fruchtsäfte und Obst
- kohlenstoffhaltige Getränke
- scharf gewürzte Lebensmittel
- heiße Nahrung und Getränke



Bildquelle: Shutterstock

## Vermeiden Sie:

- alle Tätigkeiten, die den Kreislauf anregen und so „einen roten Kopf verursachen“. Diese können die erheblich Blutungsgefahr erhöhen!
- Duschen Sie bitte lauwarm und kurz.
- Aufenthalt in direkter Sonneneinstrahlung, Solariumbesuche und Saunagänge.
- körperliche Aktivitäten wie Sport und Gartenarbeit
- starkes Pressen beim Stuhlgang oder Heben von schweren Gegenständen.

**Für den Fall einer Nachblutung:** Die Gaumenmandeln liegen zwischen den Gaumenbögen in einem gut durchbluteten Gewebe. Das wichtigste Risiko dieser Operation ist die Nachblutung, zu der es bei Ablösung des Wundschorfs (Beläge) kommen kann. Dieses Risiko ist erhöht am 1. bis 3. Tag und 6. bis 11. Tag nach der Operation. Im Falle einer Nachblutung ist Folgendes zu beachten:

- Legen Sie sich eine Eiskühlung in den Nacken und auf die Stirn, damit sich die Blutgefäße zusammenziehen.
- Spucken Sie das Blut aus und legen sich nicht auf den Rücken!
- Rufen Sie den Notarzt und lassen Sie sich in eine HNO-Klinik in Ihrer Nähe fahren!
- Fahren sie nicht selbständig Auto bzw. lassen Sie sich nicht von einem Angehörigen fahren.
- Im Falle einer starken Blutung können schon im Krankenwagen die ersten Maßnahmen getroffen werden.

**Wir tun mehr ...  
für Ihre Gesundheit**