

Käitumisjuhend invasiivsete ravi-diagnostikaprotseduuride järel

Tonsillektoomia ja Adenoidektoomia

1. Operatsioonipäeval kehtib voodirežiim. Keelatud pole istumine ja hädapärased käigud tualetti või vannituppa. Vaatamata sellele on nõutav õe juures viibimine esimese 12 tunni vältel pärast protseduuri.
2. **Esimesed 12 tundi** pärast operatsiooni peavad mööduma kliinikus. Seejärel võib patsient minna koju, kus ta ei tohiks viibida üksinda järgmised 72 tundi. Tungivalt vajalikuks loeme lähikondlasest abistaja/põetaja kohalolekut. Soovitatav on juhiga auto kättesaadavus 15-20 min viiteaja jooksul. Mistahes meditsiiniprobleemi lahendab raviarst või meie asutuse valvearst. Kui meie raviarsti, valvearsti või kliiniku juhatajat ei õnnestu mingil põhjusel tabada, tuleb järsult tekkinud või kiiresti süveneva terviserikke korral viivitamatult kasutada kiirabi/päästeteenistuse abi.
3. Vahetult pärast operatsiooni esineb veritsust ning suureneb süljeeritus – suhu valgub veri ja sülg tuleb süljitada välja, mitte neelata alla. Vahetult pärast operatsiooni soovitame veritsuse vähendamiseks mitte köhida, rääkida, süüa, juua ja kurku loputada.
4. Sööma ja joomaa võib hakata teisest päevast. Mandli- ja kurguoperatsioonide korral ei tohiks esimesel kolmel-neljal päeval süüa toite, mis on keemiliselt või füüsiliselt neelule ärritavad. Toit ei tohiks olla liiga hapu, soolane, tuline, terav, tükiline jne. Tuleb süüa seda, mis kõige valutumalt alla läheb.
5. **Esimesel 2 nädalat on keelatud igasugune füüsiline toimetamine veritsusohu tõttu.** Kehtib rahulik kodune režiim. Kui operatsiooni käigus eemaldatakse ainult adenoidid, kehtib rahulik kodune režiim 3 päeva.

Enesetunne hakkab paranema alates 5. operatsioonijärgsest päevast. Kui traumeeritud piirkonnast lähtuvate ebameeldivuste taandumine seiskub või lisandub täiendavaid vaevusi, tuleb kliinikut kohe informeerida. Keelatud on kõik see, mis suurendab valu või pidurdab haavade paranemisprotsessi. Vältida tuleks pea alaspidi olemist, et vähendada võimalike lisatursete tekkimist pea piirkonnas.
6. Ka normaalse paranemisprotsessi käigus võib veritsust esineda esimeste nädalate jooksul mitu korda. Opereeritud pinnale tekivad valged katud, mis kaovad haava paranedes. Maitsmismeel võib pärast operatsiooni olla mõnda aega häiritud.
7. Kurguvalu on tugevam tavaliselt hommikuti, selle vastu aitavad valuvaigistid. Täpsemad juhised ja vajalikud abivahendid annab kliinik.
8. Palavik võib esineda umbes nädala vältel pärast operatsiooni. Kui palavik esineb kauem kui nädal või tõuseb üle 38 °C, siis määrab raviarst vajadusel põletikuvastase ravi.

9. **Suitsetamine** on esimese 14 päeva jooksul vastunäidustatud, sest see võib muuta haavade paranemisega seotud sidekoereaktsiooni ebasoodsas suunas.
10. Kuumaprotseduurid (saun, vann, päevitamine, solaarium) on lubatud kuu aega pärast operatsiooni. Duši alla võib minna 5. päeval peale operatsiooni.
11. Samuti tuleb kuuks ajaks loobuda **spordist** ja füüsiliselt aktiivsetest hobidest ja alkoholist.
12. Umbes 2 nädalat pärast operatsiooni võib minna tööle või kooli. Kui operatsiooni käigus eemaldatakse ainult adenoidid, võib tööle / kooli minna pärast ühte nädalat
13. Hea **kontakt raviasutuse kontaktisiku ja patsiendi vahel** võimaldab meil minimaalse aja- ja energiakuluga lahendada Teie probleemi. Hoolitsege selle eest, et oleksite meile ka operatsiooni järgsel perioodil kergesti kättesaadav ja käige kindlasti järelvisiidil 2. kuul. Juhul, kui kontaktandmed muutuvad, peate sellest kohe kliinikut teavitama.