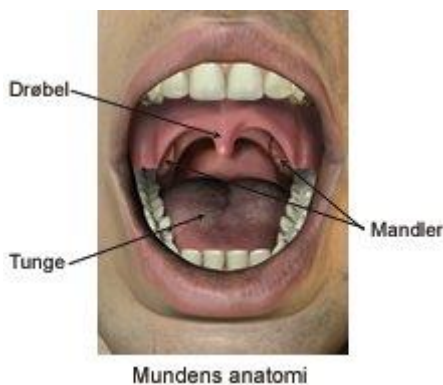


## Fjernelse af mandler (tonsillektomi)

Du skal have fjernet dine mandler (tonsiller), fordi øre-/næse-/halslægen har vurderet, at operation sandsynligvis vil hjælpe på dine gener. Årsagerne til at fjerne mandlerne kan være flere, blandt andet forstørrede mandler, kronisk halsbetændelse og mandelpropper, som kan give mange sygedage, hæmme vejtrækningen, gøre det besværligt at spise samt give dårlig ånde.



*Mandler er lymfevæv, som er placeret på begge sider på overgangen mellem munden og svælget.*

I vejledningen kan du læse om, hvad du kan forvente dig af operationen, hvordan du forbereder dig, samt hvilke mulige bivirkninger og komplikationer der er ved operationen.

### SÅDAN FOREGÅR OPERATIONEN

Lægen, der skal operere dig, hilser på dig på operationsdagen. Mandlerne fjernes gennem munden, og er der polypper i næsesvælget, fjernes de i samme ombæring, og også igennem munden, og kun hvis det er aftalt.

Under operationen er du fuldt bedøvet.

Inden du bliver bedøvet, får du lagt et drop, som giver dig væske gennem et plastikrør i håndryggen. Operationen varer cirka 45 minutter. Du skal være indlagt til dagen efter operationen.

I visse tilfælde kan det være muligt at tage hjem 6-8 timer efter operationen, hvis det er aftalt på forhånd ved forundersøgelsen.

Når du er vågnet efter operationen og har været i opvågningsafsnittet, skal du:

- overnatte på Sengeafsnit NHH i Aalborg sammen med en pårørende, hvis du er under 15 år
- overnatte på Patienthotellet i Aalborg, hvis du er over 15 år sammen med en ledsager, der er over 18 år
- overnatte på Medicinsk Ortopædisk Sengeafsnit i Thisted sammen med en pårørende, hvis du er under 15 år, og som udgangspunkt alene, hvis du er over 15 år.
- overnatte hjemme, hvis det er aftalt ved forundersøgelsen.

### SÅDAN FORBEREDER DU DIG I PERIODEN OP TIL OPERATIONEN

#### Planlæg din sygemelding

Du skal være sygemeldt i 1-2 uger efter operationen, afhængig af hvor fysisk belastende dit arbejde er. Børn og unge skal sygemeldes 2 uger fra skole eller institution og må ikke være alene hjemme i perioden.

#### Køb ind før operationen

Efter operationen må du spise og drikke, hvad du har lyst til, og det kan være en fordel at have købt ind til de første dage efter operationen.

#### Køb smertestillende medicin

Vi anbefaler, at du i god tid får købt smertestillende medicin. Til forundersøgelsen bliver der lagt en recept til medicinen på receptserveren, så du kan få det udleveret på det nærmeste apotek.

#### Stop med at ryge

Hvis du er ryger, anbefales rygestop både før og efter operationen, da rygning påvirker sårhelingen negativt.

## SÅDAN FORBEREDER DU DIG TIL OPERATIONSDAGEN

### Mød fastende til operationen

Du skal faste inden narkosen, så din mavesæk er helt tom. Det er vigtigt, da narkosen får dine muskler til at slappe af, så der opstår risiko for, at mad i mavesækken kan løbe tilbage gennem spiserøret og ned i lungerne. Du skal derfor følge disse retningslinjer:

- Du må ikke spise fra 6 timer inden aftalen. Du må heller ikke drikke mælkeprodukter eller spise pastiller, bolsjer og tyggegummi.
- Du må gerne drikke klare væsker indtil 2 timer før aftalen. Det kan være vand, saftvand eller te og kaffe uden mælk.
- For dit velbefindende før og efter narkosen anbefaler vi, at du drikker et stort glas saftvand 2 timer før operationen og derefter ingenting til narkosen er overstået.

Der kan gælde særlige regler for dig, fx hvis du er diabetiker, ryger, overvægtig eller gravid. Anæstesilægen gennemgår reglerne med dig inden operationen.

### Vask dig grundigt før operationen

Tag et bad om morgenen før operationen, og vask dig grundigt med vand og sæbe. Tag også renavasket tøj på.

### Fjern make-up og løse genstande

Af hensyn til hygiejne og sikkerhed under operationen, skal du forberede dig således:

- **Make-up.** Fjern al make-up og neglelak. Under operationen skal vi kunne iagttage din hudns naturlige farver.
- **Smykker.** Fjern løse dele såsom smykker, piercinger, ur og ringe. Smykker er samlingssted for bakterier, der øger risikoen for infektion.
- **Daglige hjælpemidler.** Briller, høreapparat og tandprotese tager vi af dig lige inden narkosen.
- **Kontaktlinser.** Linser må du gerne beholde i. Fortæl dog sygeplejersken, hvis du bruger linser.

## EFTER OPERATIONEN

### Smerter

Du skal forvente at have smerter i de første 2-3 uger efter operationen. Du har behov for smertestillende medicin med faste intervaller. Du får smertestillende medicin, mens du er indlagt på hospitalet. Hvis du udskrives samme dag får du en æske med hjem til at dosere medicinen i.

### Mad og drikke

Du må få mad og drikke, når du har lyst. Det er vigtigt, at du drikker rigeligt, og at du begynder at spise så hurtigt så muligt.

### Aktivitet

Du skal op og gå stille omkring, så snart du er vågen efter bedøvelsen.

### Udskrivelse

Du udskrives dagen efter operationen

- Overnatter du på sengeafdeling NHH i Aalborg, vil du blive udskrevet af en læge dagen efter, hvis du spiser og drikker og ikke har blødt fra sårene i halsen.
- Overnatter du på Patienthotellet, kommer der IKKE en læge og udskriver dig, men på operationsdagen ses du af en læge i Opvågningsafsnittet. På Patienthotellet aftaler du selv med personalet, hvornår du kan tage hjem.
- Overnatter du på Medicinsk Ortopædisk Sengeafsnit i Thisted, vil du blive udskrevet af en læge dagen efter, hvis du spiser og drikker og ikke har blødt fra sårene i halsen.
- Hvis det er aftalt, at du skal hjem samme dag, som du er opereret, vil du blive tilset af en læge i Opvågningen. Du kan først gå hjem/udskrives, hvis det ikke har blødt fra sårene i halsen, hvis du spiser og drikker og hvis der er styr på din smertebehandling.

## NÅR DU KOMMER HJEM

### Mad og drikke

Når du er kommet hjem, må du spise og drikke, hvad du har lyst til. Prøv dig frem. Der anbefales en god og varieret, energi- og proteinrig kost.

Forslag til kost der lindrer og føles behagelig:

- Is, koldskål, yoghurt (minus bær), kold kakao, tynd jordbærgrød (minus bær), moset banan.
- Har du lyst til sodavand, kan du lade den bruse af først, så kulsyren ikke irriterer sårskorperne.
- Pasta, franskbrød uden skorpe
- Æg, kartoffelmos, hakket kød, blødt pålæg
- Kogte grøntsager.

Vær forsigtig med:

- Æbler, nødder, groft rugbrød og lignende, da de kan genere sårskorperne.
- Brandvarm eller krydret mad kan føles ubehagelig.
- Juice frarådes, da det kan svie i sårene.

### Tag smertestillende medicin regelmæssigt

- Du må forvente smerter i halsen i op til 2-3 uger efter operationen, da det er den tid, det tager, inden sårene er helet. Det er almindeligt, at smerterne stråler op i ørerne og kan variere fra dag til dag.
- Det anbefales, at du tager smertestillende medicin i 2-3 uger efter operationen. Du får ved udskrivelsen udleveret et smerteschema, hvor der står, hvordan du skal tage medicinen.

### Godt at vide til efter operationen

- Du kan have let temperaturforhøjelse de første 2 døgn efter operationen. Det er normalt.
- Tungen kan være øm, da den kan være blevet trykket i forbindelse med operationen.
- Der kan komme forbigående nedsættelse af smagssansen og føleforstyrrelser i tungen.

- Der kommer hvide, gullige eller grålige belægninger i svælget, hvor mandlerne har siddet. Belægningerne giver anledning til dårlig ånde.
- Cirka på 5-10 dagen løsner sårskorperne sig, hvilket kan medføre øget smerte og risiko for blødning.
- Det er vigtigt, at du inden for få dage efter operationen får gang i maven. Ved forstoppelse skal du kontakte din egen læge.
- Du skal forvente at have brug for støtte og hjælp fra pårørende i den første uge efter operationen.
- Du skal børste tænder som vanligt.
- Efter operationen skal du undgå fysisk anstrengelse i 2-3 uger. Det gælder fx tunge løft, fitness, gymnastik, løb, boldspil, svømning og seksuel aktivitet.

## MULIGE KOMPLIKATIONER

Risikoen for komplikationer er lille, men du skal kontakte os:

- ved feber over 38 grader
- ved tiltagende smerter
- ved blødning, som ikke stopper ved at sutte på isterninger.

### Tandskade

Der er altid en lille risiko for at få en tandskade i forbindelse med operationen. Hvis dette sker, skal du undersøges af hospitalets specialtandlæge, som vil lave en faglig vurdering af de skadede tænder.

## HJÆLPER OPERATIONEN ALTID?

En betændelse i halsen kan godt sidde andre steder end i mandlerne. Man kan derfor ikke garantere, at du aldrig kan få halsbetændelse igen, efter mandlerne er fjernet.



## KONTROL

Normalt er der ikke behov for kontrol efter operationen.

## KONTAKT OG MERE VIDEN

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os. Vil du vide mere om fjernelse af mandler, kan du eventuelt læse mere på [patienthaendbogen.dk](http://patienthaendbogen.dk). Søg på: "fjernelse af mandler".

### Sådan gør du, hvis det bløder

2-4 % oplever blødning efter operationen. Risikoen for blødning er til stede i op til cirka 10 dage efter operationen.

Hvis det bløder, skal du spytte blodet ud i stedet for at synke det. Du kan ofte stoppe blødningen ved at:

- sutte på is
- sidde op.

Hvis blødningen ikke standser, efter du har suttet på is, skal du kontakte Øre-, Næse-, Halskirurgisk Afdeling på telefon:

**97 66 27 12**

Hverdage i tidsrummet 8.30 - 14.30

**97 66 24 56**

Hverdage i tidsrummet 14.30 - 8.30 samt i weekender

Ved kraftig blødning – ring **1-1-2**.

### Se videoer målrettet børn på vores hjemmeside

Hvis det er et barn, der skal opereres, kan du med fordel se de videoer, der ligger på vores hjemmeside, sammen med dit barn:

- 1 video om øre-, næse- og halsundersøgelse
- 1 video om modtagelse i sengeafsnittet
- 1 video om bedøvelse på operationsgangen.

Du finder videoerne her:

<https://aalborguh.rn.dk/da/Undersogelse-og-behandling/Oere-Naese-Hals-sygdomme/Hjaelp-dit-barn-paa-hospitalet>



### Kontakt

#### Øre-, Næse-, Halskirurgisk Afdeling

##### Ambulatoriet

Tlf. 97 66 27 12

Vi træffes:

Mandag – fredag kl. 8.30 - 14.30

For henvendelse uden for dag-åbningstid:

##### Sengeafsnit NHH

Tlf. 97 66 24 56

Vi træffes:

Mandag – fredag kl. 14.30 - 8.30 samt i weekender.

##### Medicinsk og Ortopædkirurgisk Sengeafsnit, Thisted

Tlf. 97 65 01 10

Vi træffes:

Døgnet rundt.