

Information för vuxna patienter

Tanken med denna information är att alla som får era halsmandlar opererade ska må så bra som möjligt efter det kirurgiska ingreppet och återgå till normal kost och normala aktiviteter så fort som möjligt.



Vanliga frågor inför operationen

Hur görs operationen?

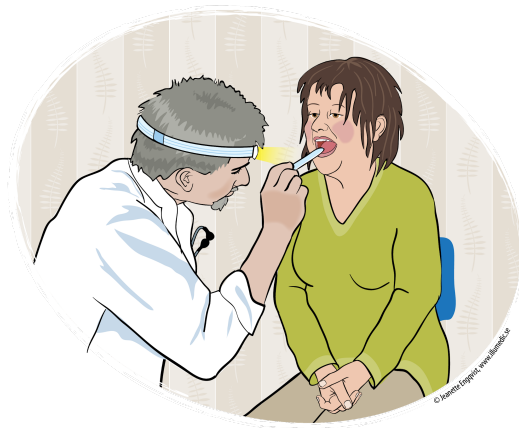
Att operera halsmandlarna är ett snabbt kirurgiskt ingrepp som utförs under narkos. Vid operationen tas halsmandlarna ut genom munnen. Blödningen brukar vara liten men om det blöder, blodstillas man noga under operationen.

Operationen kan utföras på två olika sätt. Vilken operationsmetod som är bäst lämpad avgör öron- näs- och halsläkaren vid undersökningen och vid samtalet med dig. Valet beror på av vilken orsak dina halsmandlar är till besvär. Antingen så avlägsnas hela halsmandlarna (vanligast vid upprepande halsinfektioner och halsböld) eller så opereras bara den utskjutande delen, som är i vägen, bort av halsmandlarna.



Varför har man halsmandlar?

Halsmandlarna är en del av kroppens immunförsvar. De sitter på sidorna i svalget och består av lymfatisk vävnad. Det finns inga bevis för att en operation av halsmandlarna påverkar risken för att senare få infektioner längre ner i luftvägarna.



Vad händer nu?

Om du inte redan fått ett operationsdatum i samband med att du fått denna information kommer en kallelse per post, telefon eller mejl.

Viktigt att tänka på före operationen?

Från och med 14 dagar före operationen bör du inte äta smärtstillande eller febernedsättande läkemedel som innehåller acetylsalicylsyra (t ex Magnecyl, Bamyl, Treo) eller Ibuprofen (t ex Iprex) och Trombyl. Dessa läkemedel kan ge ökad risk för blödning under operationen. Vid oklarheter gällande dina läkemedel fråga din läkare. Om smärtstillande behövs, använd istället paracetamolpreparat (t ex Alvedon, Panodil) under denna tid.

Du får äta fram till sex timmar före operation. Därefter får du dricka klara drycker fram till 2 timmar före operation därefter inget ytterligare. Klar dryck definieras som vatten, te kaffe, klar saft/fruktjuice utan fruktkött. Vätskan får inte innehålla fett och inte vanlig mjölk eller pulvermjölk. Du ska inte tugga tuggummi eller använda någon form av tobak under de 2 sista timmarna innan sövningen.

Duscha och tvätta håret kvällen innan eller på operationsdagens morgon. Använd inget smink, parfym eller nagellack på operationsdagen. Ta av alla smycken och ta bort alla saker från munnen på operationsdagen, exempelvis avtagbara tandställningar, piercingar, örhängen, ringar, armband, halsband och armbandsur.

Vad gör du om du blir sjuk dagarna innan operation?

Om du blir sjuk, t.ex. får ont i halsen eller blir förkyld ber vi dig ringa det telefonnummer som står i operationskallelsen. Din operation kan då behöva skjutas upp.

Hur länge blir du kvar på sjukhuset?

Beroende på rutinerna på ditt sjukhus får du gå hem på operationsdagen eller dagen efter.

När kan du åka hem?

Du skrivs ut när du kan äta och dricka och känner dig tillräckligt bra för att kunna lämna avdelningen. Vårdpersonalen bedömer när du kan åka hem. Du får inte köra bil eller cykla utan bör bli hämtad av någon anhörig. Någon bör stanna hos dig första natten eftersom du har blivit sövd och är nyopererad.

Hur lång tid blir du borta från skolan och arbetet?

Tiden du behöver vara hemma varierar. När hela halsmandlarna har tagits bort bör du vara hemma minst 8 dagar. När endast de förstorande delarna av halsmandlarna tagits bort bör du vara hemma minst 4 dagar.

Vad får jag inte göra som nyopererad?

Efter operation ska du ta det lugnt för att minska risken för blödning. Man behöver inte ligga till sängs. Det är bra om du är uppe under lugna förhållanden de första dagarna och det finns inga hinder mot att vistas utomhus om du orkar. Om möjligt, undvik att träffa förkylda personer. Under 14 dagar ska du avstå från ansträngande fysiska aktiviteter t ex sportaktiviteter, tunga lyft och städning.

Medför operationen några risker?

Operation och narkos medför alltid en risk, men den är liten och all omsorg vidtas för att göra ingreppet så säkert som möjligt. Ett fåtal patienter drabbas tyvärr av blödning efter att halsmandlarna bortopererats. Oftast slutar denna blödning av sig själv. Ibland kan patienten behöva komma tillbaka till operationssalen för att under narkos stilla en blödning som pågår.

När du kommer hem efter operationen ska det aldrig blöda från halsen. Om du märker att du blöder ska du omedelbart kontakta Sjukvården.

Där halsmandlarna har suttit blir det sårtytor och på dessa bildas gråvita beläggningar, vilket är slemhinnans motsvarighet till sårskorpor på huden och tecken på läkning. Denna beläggning kan lukta illa och ge dålig andedräkt. Beläggningen börjar stötas bort efter ca 7-10 dagar. Risk för blödning föreligger ända tills sårtytorna är fullständigt läkta, vilket kan ta upp till tre veckor. Lätt feber kan förekomma det närmaste dygnet utan att något är onormalt. Om du är påverkad av febern bör du ta kontakta med sjukvården. Om du upplever att smärtlindringen inte är tillräcklig och har svårt att få i dig tillräckligt med dryck ska du kontakta sjukvården.

Vad kan jag förvänta mig efter operationen?

Det gör ont i halsen efter operationen, därför är det viktigt att följa ordinationen med ett regelbundet intag av smärtstillande medel. Det är normalt att smärtan tilltar 4-7 dagar efter operationen för att sedan avklinga. Smärtan är vanligtvis mindre uttalad om endast delar av halsmandlarna tagits bort.

Smärtan är oftast värst på morgonen vilket bl.a. beror på att det gått extra lång tid sedan sista dosen togs av smärtstillande medicin. Det är skönt att under natten sova med lite högre

under huvudet än vad du vanligen har. Det minskar slemhinnesvullnaden i det opererade området vilket kan lindra värken.

Första dagarna efter operation kan det kännas obehagligt i tungan vilket beror på att tungan pressas ned med ett speciellt instrument under operationen (för att bättre komma åt halsmandlarna). Besvärerna lindras av att du rör tungan och därför är det bra att äta och dricka. Värk från öronen kan förekomma utan att det är en öroninfektion. Öronvärken, lindras av de smärtstillande medicinerna som du tar mot värken i halsen och tuggummituggande kan också ibland lindra värken.

Smärtstillande

Efter operation är det mycket viktigt att använda smärtstillande medicin. Denna ska tas på regelbundna tider för att ge bästa effekt. Planera dina måltider och ät ca 30-60 minuter efter att den smärtstillande medicinen tagits, då är smärtlindringen som bäst. Grunden i all smärtlindring om du inte har några andra sjukdomar eller eventuella allergier är inflammationshämmande läkemedel (t ex Ipren, Diklofenak) tillsammans med paracetamol (ex. Alvedon, Panodil, Curadon) som finns receptfritt på apoteket. Kompletterande medicin får du recept av läkaren. Se till att planera och köpa hem smärtstillande medel så att det finns förberett när du kommit hem efter operationen.

Illamående

Det är vanligt med illamående och någon kräkning första kvällen efter ingreppet. Ofta kan det vara lite gammalt blod i kräkningen (ser mörkfärgat ut) eftersom blod ofta rinner ned i magsäcken under operationen). Illamåendet brukar försvinna inom ett dygn efter operation.

Mat & dryck

Det är viktigt att du kommer igång att äta och dricka normalt. Torrhet i halsen ökar smärtupplevelsen. Drink rikligt med vätska (helst inte för varmt), undvik sura juicer som ofta svider. Att tugga tuggummi stimulerar salivproduktionen och känns smärtlindrande och uppfräschande. Flytande och mjuk kost kan ätas redan operationsdagen men het mat samt födoämnen som kan riva i halsen (t.ex. knäckebröd, hårda äpplen) kan vara bra att undvika de första dagarna. Undvik alkohol och starkt kryddad mat.

Uppföljning

På de flesta sjukhus finns inget rutinemässigt planerat återbesök efter operation. Vid komplikationer se under fliken Viktigt. Däremot så följs alla halsmandeloperationer upp i Sverige via Kvalitetsregistret för tonsilloperation. Läs mer under fliken Fördjupning. Kvalitetsregistret hjälper oss att förbättra vården.

Du kommer få två enkäter, det första efter trettio dagar och det andra efter 6 månader. Enkäten, trettio dagar efter operation är av betydelse för att få veta eventuella komplikationer efter operation. Det andra formuläret efter sex månader innehåller ett par frågor om besvärshälsa efter halsmandeloperationen som vi också är angelägna att få svar på. Det är av stor betydelse att få dina svar även om allt har varit besvärsfritt.

Det är viktigt att du besvarar båda enkäterna!

Viktigt!

Det allvarligaste som kan hända efter operationen är att det uppstår en blödning, då måste man **OMEDELBART** kontakta sjukvården.

Övriga problem kan vara infektion eller otillräcklig smärtlindring som kan medföra svårigheter att dricka tillräckligt.

*Viktigt se **till att***

- få noggrann information med hem från det sjukhus där operationen skett om **VAD** du ska göra och **VART** du ska vända dig om det uppstår problem!
- ha **AKTUELLA** telefonnummer till hands om du behöver dem!

Kontakta Sjukvården OMEDELBART om det blöder från halsen!

Kontakta Sjukvården för råd om:

- Det finns blod i saliven
- Den opererade har stora svårigheter att få i sig vätska
- Den opererade är smärtpåverkad trots regelbundet intag av rekommenderade mediciner
- Den opererade är påverkad av feber (lätt feber är inte farligt efter operationen).