



AMIGDALEN ERAUZKETA
AMIGDALECTOMIA

Medikuari abisatu behar diozu honelakorik gertatuz gero:

- ↪ Odoljariora sudurretik
- ↪ Gonbitoak behin eta berriro
- ↪ Min handia
- ↪ Sukarra (38'5° C-tik gorakoa)

Amigdalaren eruzketaren ebakuntza egin berri dizute. Behar bezala sendatu ahal izateko, bete aholku hauek, mesedez.

1. Lehenengo 15 egunetan odoljariorak izateko arriskua dagoenez, ez egin honelakorik: edozein esfortzu fisiko, eztula edo garrazperak eta gargarak.
2. Baliteke inoiz gorakoak izatea, eta horiekin batera irentsitako odola ateratzea (kolore ilun edo beltza dauka); ez kezkatu, hori ebakuntzan irentsi zenuen.
3. Baliteke lehenengo egunetan eztarrian eta belarrietan min handia eta irensteko eragozpenak izatea. Ez hartu aspirinarik edo azido azetilsalizilikoak daukan medikaziorik.
4. Lehenengo 2 egunetan baliteke sukarra izatea. Hurrengo egunetan hartu tenperatura arratsalde-gau aldean eta goizean.
5. 2. edo 3. egunetik aurrera normala da arnas-hatsa izatea eta amigdalak zeuden lekuan plaka zurixka edo grisaxka batzuk agertzea. Orbaintzearen ondorio normalak dira horiek, eta berez desagertuko dira.
6. Lehenengo astean etxean geratu beharko duzu

ELIKADURA:

- Ebakuntzaren egunean komenigarria da likido hotzak hartzea (ura, azukredun fruta-urak, esnea, irabiatuak, etab.).
- 2. egunetik aurrera, batik bat likidoz eta janari hotzez osatutako dieta hartzen hasiko zara: flanak, natillak, jogurtak, izozkiak eta marmeladak.
- 3. edo 4. egunetik aurrera dieta biguna hasiko duzu; epela edo hotza izango da (pureak, ahiak, frantses-tortilla, *Burgosko gazta*, saltsak, urdaiazpiko egosia), eta lehenengo asteko hurrengo egunetan mota guztietako janari bigunak hartzen hasi ahal izango zara (hezurrik gabeko arrain zuria, kroketa bigunak, moldeko ogia, etab.)
- Lehenengo 10 egunetan ez jan honelakorik, ahal dela: ogia azal eta guzti, galletak busti gabe, poltsako patata frijituak, karameluak eta ertz gogorrak izan ditzaketen janari guztiak. Lehenengo astean komenigarria da janari berorik edo zitrikorik ez hartzea.

Otorrinolaringologiako kontsultara joango zara egun honetan: _____

Es necesario que avise a su médico en caso de:

- ↪ Sangrado por nariz o boca
- ↪ Vómitos repetidos
- ↪ Excesivo dolor
- ↪ Fiebre (más de 38'5° C)

Acaba de ser operado de Amigdalectomía. Para una óptima recuperación siga las siguientes recomendaciones.

1. Evite todo tipo de esfuerzos físicos, toser, carraspear o hacer gargarismos para prevenir el sangrado. Hay riesgo de hemorragia durante los primeros 15 días.
2. Puede presentar algún vómito aislado que contenga sangre digerida (de color oscuro o negro); no se preocupe, se traga durante la intervención quirúrgica.
3. Puede presentar dolor intenso de garganta y oídos y dificultad para deglutir los primeros días. Evite tomar aspirina o cualquier medicación que contenga ácido acetilsalicílico
4. Durante los 2 primeros días puede presentar fiebre. Tómese la temperatura por la tarde-noche y por la mañana e los próximos días.
5. Es normal el mal aliento y la aparición, a partir del 2ª ó 3ª día, de unas placas blanquecinas o grisáceas en el sitio donde estaban las amígdalas, son un producto normal de cicatrización y desaparecerán espontáneamente.
6. Permanecerá en casa durante la primera semana

ALIMENTACIÓN:

- El día de la intervención es aconsejable tomar líquidos fríos (agua, zumos azucarados, leche batidos, etc)
- A partir del 2º día comenzará a tomar una dieta fundamentalmente líquida y fría, añadiendo flanes, natillas, yogures, helados y mermeladas
- Desde el 3º ó 4º días comenzará una dieta blanda, templada o fría (purés, papillas, tortilla francesa, queso de Burgos, salsas, jamón de York), introduciendo en días sucesivos durante la primera semana toda clase de comidas blandas (pescado blanco sin espinas, croquetas blandas, pan de molde, etc)
- Evite el pan con corteza, las galletas sin mojar, las patatas fritas de bolsa, los caramelos y todo alimento que pueda tener bordes duros durante los 10 primeros días. En la primera semana es conveniente no tomar comidas caliente ni cítricos.

Acudirá a Consulta de Otorrinolaringología el día: _____