

# Keelamandelen verwijderen bij volwassenen - adviezen nazorg

## Dieet

In de week na het ontslag mag u het dieet langzaam uitbreiden tot het normale. Het is verstandig als u in deze week nog geen hard en scherp voedsel (patates frites, vis, gebakken aardappelen, broodkorsten) of scherpe stoffen (specerijen, koolzuurhoudende dranken, alcohol, tabak) gebruikt. Rode drank/ijs is niet verstandig, omdat dit op bloed lijkt.

## Pijn

Ter bestrijding van de keelpijn kunt u bij drogist of apotheek paracetamol kopen, die u een uur voor de maaltijd moet innemen. Als u geen keelpijn meer heeft (meestal na 10 dagen), hoeft u de pijnstillers niet meer te gebruiken.

## Wond

De twee wonden in de mond genezen met een korst die langzaam in 7-10 dagen (uiterlijk 14 dagen) vanzelf oplost of losraakt (een geringe bloeding mag daarbij optreden). Een korst die nat wordt (speeksel), is grijswit tot geel, zodat u in de keel aan weerszijden een gele-grijswitte korst ziet. Deze kan ook vies ruiken (rotte lucht); dit is normaal. Er bestaat ook vaak een metaalachtige smaak.

## Koorts

Bij temperatuur boven de 38,5°C moet u contact opnemen met het ziekenhuis.

## Hoesten/schrapen

Door te krachtig hoesten of schrapen kunt u een nabloeding krijgen, omdat dan de wondkorst te snel kan losraken.

## Sporten

De eerste 3 weken na de operatie mag u niet sporten.

## Controle

Na ontslag uit het ziekenhuis wordt u zes weken na de operatie ter controle op de polikliniek van de KNO-arts terugverwacht. De verpleegkundige maakt deze afspraak voor u.

## Complicaties

Complicaties komen zelden voor. Toch is het belangrijk hier wel iets over te zeggen.

## Nabloeding

Bij iedere operatie, ook bij het operatief verwijderen van keelamandelen, is er sprake van enig risico. In dit geval is het voornaamste risico een nabloeding. Dit gebeurt bij minder dan 1,5% (2012) van alle amandeloperaties.

Een normale bloedstolling tijdens en na de operatie is van groot belang, daarom mag u voorafgaand aan deze ingreep geen bloedverdunnende middelen gebruiken. Deze middelen zorgen ervoor dat het bloed minder goed of in het geheel niet stolt. Eveneens moet u vermelden dat er in uw familie aangeboren bloedstollingstoornissen voorkomen.

De kans op een nabloeding is de eerste 6 uur na de ingreep het grootst. Na ontslag is het risico van een nabloeding zeer klein. Bij een nabloeding is de korst te vroeg losgelaten (bijvoorbeeld door schrapen) en is een bloedvatje weer gaan bloeden. Dit bloed is altijd helder rood. Er ontstaat dan soms een slecht nieuw stolsel, dat voorkomt dat het bloedende bloedvatje zich kan terugtrekken en afsluiten, zodat er afwisselend wel en geen bloeding optreedt.

U moet daar altijd melding van doen. Het is vaak voldoende om (soms onder plaatselijke verdoving) het niet goed afsluitende stolsel te verwijderen, zodat een nieuw en beter stolsel kan ontstaan. Soms is het nodig om de nabloeding onder narcose te behandelen.

Bij een nabloeding thuis wordt u verzocht contact op te nemen met de polikliniek KNO.

### Herstel

In de eerste week na de operatie mag u bij goed weer naar buiten. U moet wel veel rusten en vroeg naar bed. Na deze week mag u weer aan het werk (of naar school) gaan. Vaak blijft nog geruime tijd af en toe keelpijn bestaan.

### Heeft u nog vragen?

Heeft u na het lezen van deze informatie nog vragen? Neem contact met ons op via een van deze telefoonnummers. U kunt ook onze website raadplegen.

### Telefoonnummers BovenIJ ziekenhuis

Hoofdreceptie	020 - 634 6346
KNO polikliniek (tijdens kantooruren)	020 - 634 6212
Polikliniek KNO (buiten kantooruren)	020 - 634 6200

© KNO-maatschap BovenIJ ziekenhuis