

## AMIGDALECTOMIA

### Cuidados y recomendaciones tras la intervención.

#### DOLOR:

Es normal que tenga dolor de garganta, de oídos, molestias al tragar y cambios en la voz (voz gangosa). El dolor aumenta por las mañanas, y a partir del 4º ó 6º día puede ser más intenso como consecuencia de la cicatrización de la herida.



Tome analgesia media hora antes de las comidas.

Si a pesar de los analgésicos el dolor es muy persistente, consulte con su médico de Atención Primaria.



#### SANGRADO:

Evite toser, carraspear y sonarse la nariz ya que se puede desplazar el coágulo que cubre la herida. Estornude con la boca abierta.



No use pajitas para beber, la succión favorece el sangrado.



Los primeros días puede presentar deposiciones oscuras, esto es debido a la sangre ingerida durante la intervención y las primeras horas del post-operatorio.

No tome Aspirina como analgésico, aumenta el riesgo de sangrado.



**Si pequeño sangrado: chupar trocitos de hielo**



**Si sangrado abundante: acuda al Servicio de Urgencias.**



#### TEMPERATURA:

Tómese la temperatura por las tardes durante los próximos días. Es normal que aparezcan algunas décimas durante la primera semana. Si igual o superior a 38°C, consulte con su médico de Atención Primaria.

#### ALIMENTACIÓN:

Durante la primera semana consuma alimentos de consistencia blanda, templados o fríos: yogurt, helados, natillas, tortilla y abundantes líquidos evitando cítricos y bebidas con gas.

Las dos primeras semanas tras la intervención evite alimentos duros o crujientes que puedan erosionar o adherirse a la pared de la faringe, por lo tanto, a la herida quirúrgica (purés, pan, pan de molde, empanados, corteza, cierto tipo de galletas...).



#### HIGIENE:

Extreme las medidas higiénicas bucales, continúe con los enjuagues con antiséptico. No haga gargarismos. Mantenga los labios bien hidratados. Es normal que aparezca mal olor de boca y que la lengua adquiera un color blanquecino.



#### ACTIVIDAD / EJERCICIO:

Evite esfuerzos físicos durante dos semanas (deporte, levantar pesos, estreñimiento...). La incorporación a su vida laboral puede ser a los 7 u 8 días del alta hospitalaria, aunque esto depende del tipo de actividad que desempeñe. Consulte a su médico de Atención Primaria.



#### HÁBITOS TÓXICOS:

Evite ambientes de polvo, humo y mucha contaminación.

No fume, ni beba alcohol.



#### MEDICACIÓN:



Debe seguir el tratamiento médico prescrito tras el alta hospitalaria. Consulte a su médico de Atención Primaria la continuidad de su tratamiento habitual.

#### RECUERDE

Es normal la aparición de una **membrana blanco-grisácea** en ambos lados de la garganta (**costra de cicatrización**). Esta costra no debe tocarse, ya que su desprendimiento prematuro produciría hemorragia.

**¡NO ES INFECCIÓN!**



Elaborado mayo 2013

HI-ORL-03