



Dr. med. Martin Lindenberger
Facharzt für Hals-Nasen- Ohrenheilkunde
Heidelberger Str. 19 / Hockenheim
Bodelschwinghstr. 12 / Schwetzingen



FB 121 Verhaltensempfehlungen nach einer Tonsillektomie/Tonsillotomie (Mandel-Operation)

PQ HNO

praxisorientiertes
Qualitätsmanagement
für HNO Praxen

Liebe/r Patient/in, liebe Eltern,

die Verhaltensempfehlungen sind lediglich zu Ihrer eigenen Orientierung für Ihr Verhalten nach OP gedacht und ersetzen nicht die Anweisungen Ihres Arztes. Das Umsetzen der Verhaltensregeln wird für ca. 14 Tage nach OP empfohlen. Ein Einhalten der Regeln soll Nachblutungen verhindern und eine ungestörte Wundheilung sichern. Schmerzmittel sollen nach der OP bei Bedarf rechtzeitig und ausreichend eingenommen werden.

Nach der OP kommt es im Wundbereich zu Fibrinbelägen (auch Wundschorf genannt). Diese können auf Grund der gewöhnlichen Bakterienbesiedlung der gesunden Mundflora etwas streng riechen. Für die ersten Tage nach OP ist dies unbedenklich. Fibrinbeläge die zu einer intakten Wundheilung gehören lösen sich zwischen dem 6. und dem 9. Tag von selbst. Während dieser sensiblen Phase des Heilungsprozesses kann es am ehesten zu Nachblutungen kommen.

Speisen und Getränke:

Alle Speisen und Getränke sollten grundsätzlich kalt, bis maximal lauwarm temperiert verzehrt werden.

Bis zum vollständigen Lösen der Fibrinbeläge sind erlaubt:

- Wasser ohne Kohlensäure, Tee, Kaffee koffeinfrei
- Speiseeis ohne feste Bestandteile
- Obst in Form von Birnen- bzw. Apfelmus
- Weiche, gegebenenfalls pürierte, milde Speisen wie Suppen, weiches Brot oder Nudeln die leicht zu schlucken sind und wenig Reibung im Hals erzeugen.

Verboten sind bis zum vollständigen Lösen der Fibrinbeläge:

- kohlen säurehaltige Getränke und Fruchtsäfte sowie Alkohol
- Säurehaltiges Frischobst
- Stark gesüßte, scharfe und saure Speisen
- Harte Speisen, wie z.B. Pizza, Döner, Knäckebrot oder Zwieback

Körperhygiene und Mundpflege:

Für die Zeit bis zum vollständigen Abheilen der Fibrinbeläge gilt:
Zähne putzen ausschließlich mit mentholfreier Zahnpasta (z.B. Kinderzahnpasta) und Vorsicht im hinteren Zahnbereich. Auf das Verwenden von scharfen Spülungen und Gurgeln ist zu verzichten

Erlaubt ist eine lauwarme, kurze Dusche (keine Vollbäder).

Haare waschen bitte erst nach Rücksprache mit dem Arzt.



Dr. med. Martin Lindenberg
Facharzt für Hals-Nasen- Ohrenheilkunde
Heidelberger Str. 19 / Hockenheim
Bodelschwinghstr. 12 / Schwetzingen



FB 121 Verhaltensempfehlungen nach einer Tonsillektomie/Tonsillotomie (Mandel-Operation)

PQ HNO

praxisorientiertes
Qualitätsmanagement
für HNO Praxen

Körperliche Tätigkeiten:

Verboten sind:

- Jegliche körperliche Anstrengung für ca. 3 Wochen nach dem Eingriff, dazu gehören auch Sport, Schwimmen, schweres Heben und Tragen im Haushalt
- Alle Tätigkeiten die zu einem Anstieg des Blutdrucks führen und somit eine Nachblutung begünstigen
- Starke Sonneneinstrahlung, Rotlicht, etc.

Für den Notfall:

Sollte es dennoch zu einer Nachblutung kommen, bleiben sie bitte möglichst ruhig, Aufregung steigert den Blutdruck, was zu einer Zunahme der Intensität der Blutung führen kann.

- Holen sie sich bitte Unterstützung
- Sitzen sie aufrecht, nicht hinlegen
- Blut bitte vorsichtig ausspucken und nicht runterschlucken
- Ein Eisbeutel im Nacken, sowie Eiswürfel zum Lutschen bringen Linderung
- Melden sie sich in der Praxis zu unseren Sprechzeiten, außerhalb der Sprechzeiten wenden sie sich bitte direkt an die Klinik, dort wird man alles Weitere veranlassen.
- Fahren sie bitte nicht selbst, rufen sie im Zweifel immer einen Krankenwagen.

Telefonnummern für den Notfall:

HNO-Praxis Dr. Lindenberg:
Hockenheim: 06205-6612
Schwetzingen: 06202/5750412
Rettungsleitstelle: 112

Nach ihrer Entlassung aus dem Krankenhaus wird der Heilungsprozess in der Praxis weiterhin überwacht. Je nach Verlauf planen wir dafür 3-4 Konsultationen in der Praxis innerhalb der ersten 3-4 Wochen nach OP ein. Diese Angaben können variieren und passen sich an ihren individuellen Heilungsprozess an.

Wir wünschen ihnen einen guten Heilungsverlauf und eine rasche Genesung.

Ihr Praxisteam Dr. Lindenberg