**Til deg som skal fjerne mandlene (Tonsillektomi)**

Dette er et informasjonsskriv til deg som skal fjerne mandlene, om selve operasjonen og om hvordan du skal forholde deg i tiden etter operasjonen.

Mandlene er lymfatiske organer som befinner seg på hver side i halsen bak fremre ganeseil.

I tidlig barndom bidrar mandlene til å danne immunstoffer og utvikle immunforsvaret i kroppen. Disse immunstoffene varer hele livet. Lignende vev finnes også andre steder i svelget og i øvre luftveier. Fjerning av mandlene har derfor ingen innvirkning på immunforsvaret i kroppen.

Fjerning av mandlene blir utført dersom du har:

* Gjentatte akutte betennelser i mandlene
* Kronisk betennelse i mandlene
* Forstørrede mandler som gir svelge- og pustevansker
* Abscess/byll i mandlene
* Mistanke om ikke-godartet forandring i mandlene

Delvis fjerning av mandlene (Tonsillotomi) kan være et alternativ. Se egen informasjon.

Hos barn er det også ofte nødvendig å fjerne adenoider (polypper/«falske mandler»), spesielt dersom de er plaget med nesetetthet.

Fjerning av mandlene utføres i narkose. Dette er ikke et komplisert inngrep, men det finnes en risiko for etterblødning. Slike blødninger kan være alvorlige og man bør derfor ha god indikasjon og en grundig utredning før operasjonen.

I forkant av inngrepet må det avklares om du har andre sykdommer eller om du bruker medisiner som kan ha betydning for operasjonen eller narkosen.

Dersom du bruker blodfortynnende medisiner må det avklares med din fastlege om du kan slutte med disse før operasjonen.

Du blir innkalt til en forundersøkelse 1-2 uker før operasjonen. Her møter du en lege som undersøker deg i øre-nese-hals området og du vil få informasjon om operasjonen og om forholdsregler før og etter operasjonen.

Blodprøver tas innen 14 dager før operasjonen.

Bruk eventuelt Emla bedøvelseskrem i begge albuebøyninger en time før blodprøven skal tas. Emla kan kjøpes reseptfritt på apotek.

**Operasjonsdagen**

Dusj med hårvask hjemme, eventuelt kvelden før.

Bruk eventuelt Emla-bedøvelseskrem på begge håndrygger ca. 1 time før oppmøte. Kremen bedøver området hvor narkosemiddelet settes.

Du møter fastende på Dagkirurgi Østtil avtalt tid (dette gjelder også pasienter som skal til hotellet eller innlegges på sengepost 2AB etter operasjonen). Her møter du personell som tar imot deg og du får utdelt sykehusklær og seng. Vi har låsbare skap til dine personlige eiendeler.

Vær forberedt på at det kan bli noe venting før det er klart til operasjon.

For å redusere smerter etter operasjonen vil eldre barn, ungdom og voksne få smertestillende medisiner før operasjonen. Yngre barn får smertestillende medisiner under operasjonen.

**Om operasjonen**

En munnsperre eller gag (et instrument som trykker ned tungen) brukes for å holde munnen åpen. Mandlene fjernes («skrelles ut») fra tonsillesengene. Selve inngrepet tar 15-45 minutter.

Vi bruker en såkalt kald teknikk, dvs. uten laser eller andre termiske prosedyrer. Alle studier har vist at det er minst risiko for etterblødning ved bruk av «kald teknikk».

**Etter operasjonen**

Til deg som skal reise hjem samme dag

Etter operasjonen må du observeres i minimum 3 timer før du kan reise hjem. En lege undersøker deg før hjemreise.

Du må ha følge hjem, ikke kjøre bil selv og ikke være alene den første kvelden og natten etter operasjonen.

Til deg som skal være inneliggende

Du overnatter på pasienthotellet eller på sengepost 2AB.

Etter operasjonen må du observeres i minimum 3 timer før du kan sjekke inn på pasienthotellet. Du kan ikke være alene den første kvelden og natten etter operasjonen, og må derfor ha en voksen pårørende (over 18 år) med deg på hotellrommet. Hotelloppholdet for pasient og en pårørende blir dekket av SUS.

Neste dag møter du på sengepost 2AB ca. kl. 09:00 til en utskrivingssamtale med lege.

Sykemelding eller fravær fra barnehage/skole i 14 dager

Sykemelding blir utlevert på forundersøkelsen.

Foreldre til barn som er blitt operert har rett til pleiepenger fra dag 1. Lege fyller ut søknadsskjema på forundersøkelsen.

Fraværserklæring til skole blir utlevert før hjemreise.

Resepter

Resepter på smertestillende medisiner blir registrert (eResept) på forundersøkelsen. Det anbefales at disse medisinene kjøpes før operasjonen.

**Ved blødning etter operasjonen**

Ved tegn til blødning etter operasjonen, ta direkte kontakt med **AMK tlf. 113**

Dette gjelder både når du er hjemme og dersom du bor på pasienthotellet.

Blødning etter fjerning av mandlene kan være alvorlig. Vi ønsker derfor at du tar kontakt så fort du er det minste i tvil og har lav terskel for å ringe 113.

Barn bør observeres nøye de første dagene etter operasjonen. Det anbefales å sove hos barnet eller se til barnet flere ganger om natten. En mulig blødning etter operasjonen vil ses ved blod fra nese eller munn, blodig hoste eller mørk avføring. Også en stadig svelgetendens hos barn kan tyde på en eventuell blødning.

De første 24 timene etter operasjonen bør du ikke kjøre bil, drikke alkohol eller røyke/snuse.

**Forholdsregler for å redusere risiko for blødning etter operasjonen:**

Trening/aktivitet

Unngå fysisk anstrengelse (sport/gym) og tunge løft. Når blodtrykket stiger utvider blodkarene seg og dermed øker blødningsfaren.

Etter 14 dager kan du starte forsiktig og øke treningen gradvis. Det beste er å begynne med utholdenhetstrening og deretter forsiktig med styrketrening.

Dusj/bad

Unngå varmt vann i dusj/bad den første uken.

Mat og drikke

Unngå varm mat/drikke og mat med skarpe kanter (knekkebrød, brødskorper, nøtter etc.) den første uken.

**Generell risiko/komplikasjoner**

De fleste har en del smerter i halsen etter operasjonen. Ta smertestillende medisin etter legens anbefaling. Det er ikke uvanlig at øresmerter oppstår ca. 2 dager etter operasjonen. Øresmertene skyldes hevelse rundt nervene som går fra halsen opp til øret. Dersom du ligger med hode/overkropp hevet, kan det redusere ubehag.

Det er viktig at du drikker rikelig/ofte for å hindre dannelse av harde skorper på sårflatene da dette kan gi økte smerter.

Andre følger etter operasjonen kan være endret smaksans, hevelse i drøvelen som kan medføre brekningsrefleks og svelgvansker, lett dårlig ånde (dersom du blir plaget med sterk dårlig ånde, kan dette være tegn på infeksjon), tannskader, hud- og bløtvevsskader.

Ved nedsatt allmenntilstand, feber, økt smerte eller problemer med væskeinntak, ta kontakt med:

* **ØNH poliklinikk tlf. 51 51 83 70** (dagtid)
* **ØNH sengepost 2AB tlf. 51 51 87 71 / 904 18 877** (kveld/natt/helg)