

## **Informacje/zalecenia dla opiekunów dzieci po operacji migdałków**

1. Zaleca się potrawy i napoje letnie. Pokarmy gorące mogą spowodować ból i krwawienie.
2. Przez około 1,5 tygodnia wskazana jest dieta półpłynna, papkowata i miękka, aby nie podrażnić miejsca operowanego.
3. Zalecana jest do picia woda mineralna, niegazowana lub woda z dodatkiem soku jabłkowego lub słaba herbata.
4. Nie podawać małym pacjentom dań:
  - kwaśnych (np. zupa pomidorowa, owoce i soki cytrusowe)
  - twardych (np. orzechy) oraz produktów, które mechanicznie mogą uszkodzić gojącą się ranę (np. popcorn, wafle ryżowe, chrupki kukurydziane)
  - pikantnych (np. ketchup)
5. W celu złagodzenia bólu po operacji podawać paracetamol w syropie lub czopku lub inne leki przeciwbólowe dostępne w aptece bez recepty.
6. W pierwszym tygodniu należy unikać wysiłku fizycznego (bieganie, rower), bardzo wysokich temperatur (przebywanie na słońcu) oraz gorących kąpieli.
7. Przez okres około jednego tygodnia zaleca się unikanie miejsc publicznych (centra handlowe, kino) ponieważ wzrasta ryzyko infekcji wirusowej.
8. W miejscu po operacji tworzy się biały nalot, który jest częścią fizjologicznego procesu gojenia. Po zabiegu możliwe jest wystąpienie niewielkiej wyższej temperatury ciała. W pierwszych dwóch tygodniach może pojawić się nieprzyjemny zapach z ust. W zależności od śródoperacyjnego stanu migdałków lekarz decyduje o konieczności profilaktyki antybiotykowej w okresie pooperacyjnym.
9. O powrocie dziecka do szkoły/przedszkola, normalnej aktywności i diety decyduje lekarz na wizycie kontrolnej.