

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

1. Zaleca się podawanie potraw i napojów letnich. 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. Do picia zalecana jest 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 albo inne leki przeciwbólowe dostępne w aptece bez recepty.
6. W pierwszym tygodniu po zabiegu 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 operacji tworzy się biały nalot, który jest częścią fizjologicznego procesu gojenia. Po zabiegu możliwe jest wystąpienie podwyższonej 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.