

Mandeloperation / Tonsillektomie

Liebe Eltern

Ihr Kind hat die Mandeloperation gut überstanden und wird sich bald erholt haben. Damit die Nachbehandlung zu Hause gut verläuft, sollten Sie die folgenden Punkte beachten:

Allgemeine Tipps
Verabreichen sie die Schmerz-Medikamente genau nach Verordnung, auch bei Beschwerdefreiheit für mindestens eine Woche.
Melden Sie sich rechtzeitig bei Ihrem Hausarzt zur Nachkontrolle an. (Termin ca. 1 Woche nach Spitalentlassung)
Gönnen Sie ihrem Kind nach der Entlassung genügend Ruhe, halten Sie es vermehrt unter Aufsicht.
Vermeiden Sie übermässige körperliche Aktivitäten, heisses Baden und intensive Sonnenbestrahlung während den ersten zwei Wochen. Dies kann zu Nachblutungen führen.
Die Zahnreinigung ist während dieser Zeit mit einer milden Zahnpaste möglich.
Medikamente (inkl. Tabletten, Tropfen, Sublingualtabl.) können mit Flüssigkeit oder Jogurt verabreicht werden.

Nach etwa 5 bis 7 Tagen löst sich der Wundschorf spontan ab, was zu einer minimalen Nachblutung führen kann. Diese ist harmlos und geht rasch vorbei. Möglicherweise ist Ihr Kind in dieser Zeit etwas schmerzempfindlicher. In diesem Zeitraum sollte auch eine Kontrolle durch den Haus- oder HNO-Arzt stattfinden. Falls eine grössere Nachblutung auftreten sollte, benachrichtigen Sie bitte sofort Ihren Operateur, oder rufen Sie uns unter 071 243 71 11 an. Geben Sie Ihrem Kind in der Zwischenzeit nur eiskalten Tee zu trinken!

Ernährung

In den ersten 14 Tagen nach der Mandeloperation soll auf eine lauwarmer bis kalte Kost geachtet werden. Eine mild gewürzte, weiche, säurearme Ernährung soll angestrebt werden. Harte Krusten und stark zuckerhaltige, klebende Nahrungsmittel meiden. Diese Nahrungsmittel und Speiseauswahl kann der verfrühten Schorfabstossung und einer Nachblutung entgegenwirken. Untenstehende Nahrungsmittelliste gibt einen groben Überblick zur Auswahl in den einzelnen Nahrungsmittelgruppen.

Geeignete Lebensmittel	Ungeeignete Lebensmittel
Brot und Backwaren	
Weissbrot und Ruchbrot (ohne Rinde), Zopf (ohne Rinde), Weggli, leichtes Hefegebäck ohne Stücke oder Dörrfrüchte, Cake ohne Stücke, eingeweichter Zwieback	Brot mit harter Rinde, Brötchen, Gipfeli, Knäckebrot, Darvida, Zwieback Früchtebrot, Nussbrot, Gebäck mit Kruste, Fruchtkuchen, Lebkuchen mit Füllung, Linzertorte
Getreide und Getreideprodukte	
Weicher Risotto, weiche Teigwaren, Griess, Polenta fein, Couscous	Trocken- und Vollkornreis, grobe Flocken, Cornflakes, Birchermüesli, Popcorn

Geeignete Lebensmittel	Ungeeignete Lebensmittel
Milch und Milchprodukte	
Milch, Rahm, alle Joghurtsorten ohne Fruchtstücke und alle Quarksorten ohne Fruchtstücke, Hüttenkäse nature, milde Käsesorten, Weichkäse, Gala, Kiri, Schmelzkäse, kalte Ovi/Schoggi	Joghurt und Quark mit Fruchtstücken, Nüssen oder Flocken Halbhart- und Hartkäsesorten, rezente oder stark gewürzte Käsesorten
Kartoffeln	
Kartoffelstock, Gratin ohne Kruste, Salzkartoffeln weich, Geschwellte ohne Haut	Pommes frites, Pommes Chips, Krokette, Bratkartoffeln, Rösti
Fleisch Geflügel, Fisch	
mild gewürzt, nicht angebraten: Fleisch am Stück oder Gehacktes, Brät, Würste, Fleischkäse, Schinken fein geschnitten, Lyoner	Trockenfleisch, Rauchfleisch, Schinken, Aufschnitt mit Pfefferkörnern oder Pistazien, Braten mit Kruste, paniertes Schnitzel, geräucherter und stark gewürzter Fisch, Fischstäbchen
Eier	
Rührei, Omelette, Eier hart und weich, pochiertes Ei	Stark gebratene Spiegel- und Rühreier
Gemüse und Gemüsesäfte	
Weich gekocht! Karotten, Schwarzwurzeln, Blumenkohl, Broccoli, Erbsen fein, Zucchini, Spinat püriert, Knollensellerie, Aubergine geschält, Lattich	Tomaten, Tomatensaft, Zwiebeln, Knoblauch, Schnittlauch, alle Salate, Essiggemüse, Chutney
Obst und Kompott	
Kompott: Birnen, Pfirsich, Apfel	Alle frischen Früchte, Fruchtsäfte, Bananen, saure Obstsorten weder frisch noch als Kompott: Ananas, Aprikosen, Himbeeren, Erdbeeren, Brombeeren, saure Äpfel, Zitrusfrüchte
Süßspeisen & Co	
Konfitüre ohne Stücke und Kernen, Gelée, Crêmen mit Aroma hergestellt, Glacé mit Aroma hergestellt, Pudding, Flan	Honig, Konfitüre mit Stücken und Kernen, unverdünnter Sirup, Caramelsauce, viel Schoggisauce, Marzipan, Krokant, Crêmen und Glacé mit Säure oder Fruchtstücken, Süßspeisen mit groben Stücken, Meringue, Schokolade
Nüsse	
keine	alle
Getränke	
Wasser, Mineralwasser ohne Kohlesäure, Kräutertee, milde Frappés, stark verdünnter Sirup	Mineralwasser mit Kohlesäure und Zucker, Süßgetränke, Eistee, Früchtetee, Birchermüesli Drink, Molke Drink

Geeignete Lebensmittel	Ungeeignete Lebensmittel
Suppen	
Milde Crèmesuppe, milde Bouillon ausgekühlt	Starke Bouillon, Tomatensuppe, Minestrone, Suppe mit Croutons, Ochsenschwanzsuppe, geröstete Mehl –und Griesssuppe
Saucen	
Milde Rahmsauce, milde Jus	Stark eingekochte Saucen, Curry-, Pfeffer-, Tomatensauce, Sauce Vinaigrette, scharfe Saucen
Gewürz	
Wenig: Salz, milde Bouillon	Pfeffer, Curry, Paprika, Chili, Tabasco, Senf, Ketchup, Sojasauce

Bei allfälligen Fragen/Unklarheiten wenden Sie sich bitte wie folgt an uns:

- 07:30 – 17:00 Uhr Telefon Tagesklinik Montag-Freitag: 071 243 71 30
- Ausserhalb Bürozeiten: Beratungs- und Notfalltelefon (0900 144 100 / 2.90 CHF/Min. über Festnetz und Handykunden mit Abo oder 0900 144 200 / 2.90 CHF/Min. mit Prepaid-Handy)
- Ab 23:00 Uhr: Medgate 058 387 77 10
- Weitere Informationen unter: <https://www.kispisg.ch/beratungstelefon>