

Adénoïdite et amygdalite adulte

Nous vous fournissons les instructions ci-dessous pour vous aider à planifier vos soins et votre rétablissement après votre opération.

1. Un adulte responsable devrait vous raccompagner à la maison et passer la nuit avec vous.
2. Prévoyez de vous reposer suffisamment pendant quelques jours après votre opération. Ne participez à aucun sport de conditionnement physique ou de contact pendant 10 jours à 2 semaines. Retour à une activité normale progressivement. Vous pouvez retourner au travail dans 1 à 2 semaines.
3. Dans les 24 heures suivant l'opération, vous ne devriez pas conduire un véhicule à moteur, utiliser de la machinerie ou exécuter des tâches qui exigent de l'habileté, de la coordination ou du jugement ni prendre de décisions de nature juridique.
4. Prenez tous vos médicaments habituels comme vous les preniez avant votre opération, à moins d'indication contraire.
5. Vous aurez un peu mal à la gorge. La douleur peut s'aggraver avant de s'améliorer. Prenez les analgésiques prescrits. Essayez d'éviter la constipation en buvant beaucoup de liquides et utilisez un émoullient fécal ou un laxatif doux si nécessaire. Votre pharmacien local peut vous aider à choisir ces produits.
6. Vous pouvez ressentir des douleurs dans les oreilles. Ceci est courant pendant la première semaine.
7. **Régime alimentaire** : Il n'est peut-être pas possible de manger tout de suite, mais vous devez boire beaucoup de liquides. Le premier jour, privilégiez : les liquides clairs comme l'eau, le jus de pomme, le Gatorade et les sucettes glacées. À éviter : les jus d'agrumes et les boissons gazeuses (colas), car ils peuvent augmenter la douleur et l'irritation de la gorge. Après quelques jours, commencez à essayer des aliments faciles à avaler. Faveur : Jell-O, nouilles molles, bouillon chaud, puddings, yogourt et crème glacée. À éviter : les aliments torrides, chauds ou épicés ou les aliments durs et croquants. La plupart des adultes ont besoin d'environ 1 semaine pour récupérer et reprendre une alimentation normale. Ne buvez pas de boissons alcoolisées, y compris de la bière et du vin, et ne consommez pas de drogues récréatives pendant 24 heures après votre opération.
8. Vous aurez mauvaise haleine à cause des croûtes là où les amygdales ont été enlevées. Ces croûtes tombent en 7 à 10 jours environ et votre haleine redevient normale. Vous pouvez vous rincer la bouche avec n'importe quel bain de bouche antiseptique sans alcool.

Adénoïdite et amygdalite adulte

13. Appelez votre médecin ou obtenez des soins médicaux dans les situations suivantes :

- **Si vous avez une salive plus que teintée de sang, si vous saignez plus de 2 cuillères à soupe ou si vous vomissez du sang rouge vif.**
- Signs of infection, including fever and chills
- Redness, swelling, increasing pain, excessive bleeding, or discharge at the incision site.
- Cough, shortness of breath, chest pain
- Pain that you cannot control with the medication that you have been given.
- Nausea and/or vomiting that you cannot control or which persist for more than two days after your surgery.
- Pain and/or swelling in your feet, calves or legs.

Si vous avez des inquiétudes :

- ... appelez votre chirurgien ou votre médecin
- ... ou appelez Télésanté, au 1 866 797-0000
- ... ou allez au service des urgences le plus près.

15. Le lendemain de votre opération, appelez le bureau de votre chirurgien pour fixer un rendez-vous de suivi dans _____ semaine(s) :

Instructions particulières
