

## Nielurisaleikkauksen (tonsillectomia) jälkihoito-ohjeet

- Nielurisat** Nielurisat sijaitsevat suun takaosassa, sen sivuseinissä. Nielurisat ovat samantyyppistä kudosta kuin nenän takaosissa sijaitseva kitarisa tai kielen tyvessä oleva kielirisa. Näiden lisäksi risakudosta on hajallaan runsaasti suun ja nielun alueella limakalvon alla. Kita- ja nielurisojen poistosta ei synny elimistön puolustuskyvylle puutteita.
- Mitä on tehty?** Teiltä / lapseltanne on poistettu nielurisat. Leikkauksen jälkeen nielussa on haavapinnat. Niille ilmestyy parissa päivässä kellertävän harmaat peitteet, jotka aiheuttavat usein pahaa hajua hengityksessä. Peitteet irtoavat itsestään noin viikon kuluttua.
- Jälkivuoto** Peitteiden irtoamisen yhteydessä voi nielusta erittyä veriviiruja tai runsaam- paakin verenvuotoa. Jälkiverenvuodon ensihoitona on istuva asento, jääpalo- jen imeskely ja kylmä kääre niskan taakse ja kaulalle. Jos vuoto pitkittyy tai sitä tulee runsaasti, ottakaa yhteys HYKS:n korva-, nenä ja kurkkutautien klinikan päivystykseen, puh. 4717 3050.
- Kipu ja lämpö** Leikkauksen jälkeen saattaa olla koviakin nielemiskipuja, jotka säteilevät kor- viin. Kipu ”aaltoilee” ja on voimakkaimmillaan n. 3 vrk:n kuluttua leikkauksesta ja peitteiden irtoamisen yhteydessä. Kipu lakkaa yleensä 2 viikossa. Limaisuut- ta saattaa esiintyä paranemisivaiheessa ja lievää lämmön nousua 1-2 vrk:n ajan. Särkylääkettä suositellaan otettavaksi noin viikon ajan säännöllisesti ja sen jälkeen tarpeen mukaan.
- Ruokailu** Jääpalat, mehujää ja jäätelö lievittävät kipua ja turvotusta. Ensimmäisenä päi- vänä leikkauksen jälkeen saa syödä nestemäistä, haaleaa ruokaa esimerkiksi jogurttia, kiisseliä, velliä, hienonnettua keittoa ja tämän jälkeen pehmeää, ha- leaa ruokaa kuten perunamuusia, jauhelihakastiketta, maksalaatikkoa. Mitään karkeaa, kuten kovaa leipää, raakoja, kovia hedelmiä ja vihanneksia ei saa syödä ennen kuin peitteet ovat irronneet. Hampaat kannattaa harjata ainakin aamuin illoin. Suuta voi huuhdella vedellä tai laimealla suuvedellä. Purukumin pureskelu auttaa haavapintojen paranemista.
- Peseytyminen** Suihkussa saa käydä, mutta saunaan saa mennä vasta 2 viikon kuluttua leik- kauksesta.
- Rasitus** Urheilu ja muu ruumiillinen rasitus, kuten raskaiden tavaroiden nostaminen ja kurkottaminen ovat kiellettyjä 14 vrk:n ajan jälkiverenvuodon ehkäisemiseksi. Koululiikuntaan saa osallistua 2 viikon kuluttua leikkauksesta. Lento- ja laiva- matkoille ei saa lähteä sairasloman aikana. Auringonotto on kielletty 2 viikkoa.
- Yhteydenotto** Jos nielusta alkaa vuotaa verta, eikä vuoto nopeasti lakkaa tai kurkkukipu ei lievene, vaan pahentuu vähitellen tai rauhaset kaulalla turpoavat ja nousee kuume tai toipumisessa ilmenee muita ongelmia, ottakaa yhteys hoitavaan lääkäriin tai HYKS:n korva-, nenä- ja kurkkutautien päivystykseen.

Hoitava lääkäri: Miikka Peltomaa