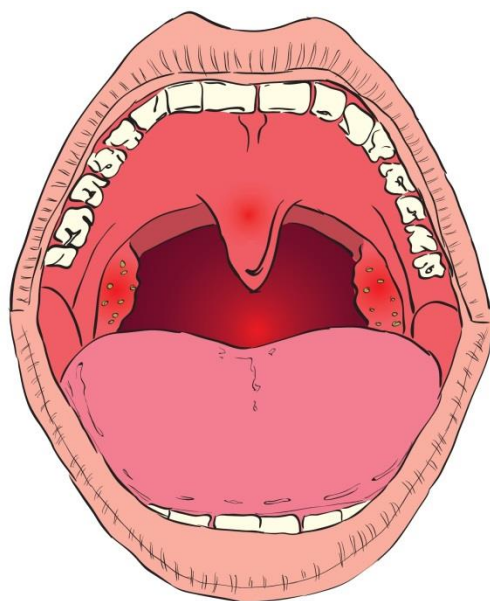


Timeavtaler og informasjon

til deg som skal opereres pga.

for store mandler eller hyppige infeksjoner i mandlene - **Voksne**

Navn



Avdeling for øre-nese-hals
St. Olavs Hospital

 **ST. OLAVS HOSPITAL**
UNIVERSITETSSYKEHUSET I TRONDHEIM

Innholdsfortegnelse

Velkommen til Avdeling for ØNH, St. Olavs Hospital	3
Dine timeavtaler	3
Om å fjerne mandlene	4
Hvordan gjøres operasjonen?	4
Viktig informasjon før operasjonen	5
Hva gjør du hvis du blir syk i løpet av dagene før operasjonen?	7
Medfører operasjonen noen risiko?	7
Informasjon om operasjonsdagen	7
Hva skjer etter operasjonen?	7
Komplikasjoner	8
Smertestillende	8
Kvalme	9
Mat og drikke	9
Oppfølging	9
Hvor lenge blir du borte fra skole/arbeid?	9
Hva kan jeg ikke gjøre som nyoperert?	10
Viktig informasjon	11
Er det blødninger fra halsen?	11
Er det blod i spyttet?	11
Har du store vanskeligheter med å få i deg væske?	11
Er du plaget av smerter til tross for regelmessig inntak av anbefalte legemidler?	11
Har du feber?	11
Norsk kvalitetsregister Øre-Nese-Hals, Tonsilleregisteret	12

Velkommen til Avdeling for ØNH, St. Olavs Hospital

Dette heftet inneholder informasjon til deg som skal opereres pga. for store mandler eller pga. hyppige eller kroniske infeksjoner i mandlene. I brosjyren finner du informasjon om hele forløpet, fra første time hos legen til siste utfylling av spørreskjema fra nasjonalt kvalitetsregister 6 mnd. etter gjennomført operasjon (se info.om registeret senere i brosjyren).

Operasjonen utføres av leger ved Øre-nese-hals-avdelingen som har stor kompetanse innenfor området.

Vår erfaring er at du blir spart for bekymringer og overraskelser hvis du på forhånd vet hva som skal skje. Vi vil derfor oppfordre deg til å lese dette heftet grundig.

Dine timeavtaler

Operasjon:	Dato/Kl.:	Oppmøtested:
<input type="checkbox"/> Dagkirurgi (Du reiser hjem samme dag) <input type="checkbox"/> Innleggelse (Innleggelse første natt etter operasjon)	Dato: Kl.:	<input type="checkbox"/> ØNH Operasjon 2.etasje Nevrosenteret, St. Olav Hospital
Oppfølging:		
Spørreskjema til medisinsk kvalitetsregister tonsilleoperasjoner	30 dager etter operasjon	Utføres hjemme elektronisk
Spørreskjema til medisinsk kvalitetsregister tonsilleoperasjoner	6 mnd. etter operasjon	Utføres hjemme elektronisk

Dersom timen ikke kan benyttes, avbestill snarest og senest innen kl. 12.00 siste hverdag før avtalen. Hvis du ikke møter og timen ikke avbestilles, belastes du med et gebyr.

Om å fjerne mandlene

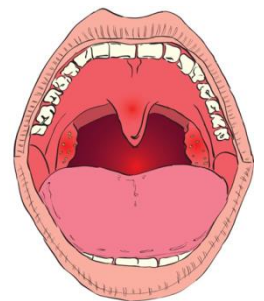
Mandlene er en del av kroppens immunforsvar og består av lymfevev. Det finnes ingen bevis for at en mandeloperasjon gir negative virkninger med økt risiko for senere å få infeksjoner lenger nede i luftveiene

Mandlene sitter helt bakerst i halsen. Hvis du ser i et speil, kan du se dem på begge sider av tungen ved siden av drøvelen. Mandlene kan bli infiserte, og da kan du få feber og vondt i halsen. Hvis du får mange infeksjoner i mandlene, kan det være lurt å fjerne dem for å bli friskere. Det kan også hende du må fjerne mandlene hvis de blir så store at du får problemer med å puste når du sover.

Hvordan gjøres operasjonen?

Fjerning av mandlene er et raskt kirurgisk inngrep som utføres under narkose. Mandlene tas ut gjennom munnen.

Operasjonen kan utføres på to måter: Enten fjernes mandlene helt, noe som er mest vanlig ved halsinfeksjoner, eller så fjernes bare den delen av halsmandelen som blokkerer luftveiene.



Viktig informasjon før operasjon

Forberedelser

Ta dusj / hel kroppsvask om morgenen den dagen du skal opereres. Klipp negler. Ta av smykker, ringer, øreringer, piercing i/ved ansiktet, neglelakk, kunstige negler og sminke **før** du dusjer og møt uten dette. Du må ikke bruke hudkrem etter dusjen. Ta på deg rent tøy. Bruk gode sko og komfortable klær. Dersom du har infeksjon i huden, ta kontakt. Vi fjerner hår rundt operasjonsstedet når du kommer hit. Puss tenner som vanlig.

Du skal ikke være alene etter operasjonen. Du må avtale med en voksen person som kan hente deg ved utreise og være sammen med deg til dagen etter operasjonen. Du kan ikke kjøre bil de første 24 timer etter operasjon.

For å gi den best mulige smertebehandling ber vi deg gjøre følgende:

Hvis du veier 50 - 70 kg: Ta 1,5 gram Paracetamol

Hvis du veier over 70 kg: Ta 2,0 gram Paracetamol

Tas med et glass vann eller saft 2 timer før oppmøte på sykehuset.

Du må være fastende på oppmøtetidspunktet:

Det betyr at du **ikke** må spise mat, drikke juice- og melkeprodukter etter **kl.**

24.00 dagen før operasjon.

Fasting **gjelder også** for røyk, snus, drops og tyggegummi.

Man kan drikke tynne væsker (vann eller saft, 1-2 glass) fram til 2 timer før man skal ha bedøvelse.

Medisiner

Hvis ikke du har fått annen beskjed, skal du ta din vanlige medisin om morgenen på operasjonsdagen både tabletter og inhalasjoner, **men:**

Hvis du har insulin- eller tablettbehandlet **diabetes** (sukkersyke), skal du **ikke** ta dine diabetesmedisiner om morgenen. Mål ditt blodsukker hjemme. Hvis det er lavt, kan du drikke et glass med søt saft.

Står du på blodfortynnende medisin (Albyl E, Dispril, Marevan, Plavix, Pradaxa, Xarelto, med flere), forhold deg til informasjonen du har fått av ØNH-lege/-avdeling – ofte må du holde pause med blodfortynnende medisin ifb med operasjon. Hvis du er i tvil – ring ØNH/Kjeve-avdelingen.

Medisin du tar for forhøyet blodtrykk skal du **ikke** ta om morgenen på operasjonsdagen. **Men ta med all medisin du bruker på sykehuset i originalpakning!**

Svangerskap: Er du gravid, må du ta kontakt med avdelingen.

Helsetilstand:

Ta kontakt med oss så tidlig som mulig dersom du er forkjølet eller har feber de nærmeste dagene før inngrepet. Dette er viktig fordi operasjonen muligens må utsettes, og vi kan operere noen andre.

Transport:

Pasienter som kommer til dagkirurgisk behandling må ordne med transport til og fra sykehuset på egen hånd. På grunn av bedøvelsen og medisinene kan du ikke selv kjøre bil hjem fra sykehuset.

Tolk: Har du behov for tolk, må du gi beskjed om det.

Penger og verdisaker:

Vi kan dessverre ikke påta oss ansvaret for dine verdisaker under oppholdet og anbefaler derfor at du har med minst mulig penger og andre verdigjenstander til sykehuset.

Sett av hele dagen:

Ta gjerne med deg lesestoff da det kan bli venting. Dersom det skulle bli behov for at du må ligge på sykehuset natten over, blir du flyttet til sengepost.

Hvis vi ikke kan gjennomføre operasjonen:

Dessverre er vi, på grunn av uforutsette hendelser, av og til nødt til å stryke pasienter fra operasjonsprogrammet på kort varsel. Hvis dette skulle hende deg vil du få time så snart som praktisk mulig.

Kontakt: Avdeling for Øre-nese-hals/ kjeve- og ansiktskirurgi

Telefon 72 57 61 14 / 17

Hva gjør du hvis du blir syk i løpet av dagene før operasjonen?

Hvis du blir syk, ber vi deg ringe telefonnummeret som står i innkallingen. Operasjonen må da kanskje utsettes.

Medfører operasjonen noen risiko?

Operasjon og narkose medfører alltid en risiko, men den er liten, og alle forholdsregler følges slik at inngrepet blir så sikkert som mulig.

Mellom 5 -10 % av pasientene begynner å blø etter operasjonen. Oftest stanser blødningen av seg selv, men 2-4 % må legges i ny narkose for å stanse blødningen.

Informasjon om operasjonsdagen

- Operasjonen utføres vanligvis dagkirurgisk, det vil si at du reiser hjem samme dag
- Når du kommer, blir du tatt imot av en sykepleier som forbereder deg til operasjonen
- Deretter får du snakke med legen som skal operere deg og eventuelt narkoselegen
- Operasjonen gjøres i narkose og tar 20-50 minutter
- Du blir liggende på Recovery/Dagkirurgisk hvile i ca. 2-4 timer etter operasjonen for observasjon. Når du kan spise og drikke, får du dra hjem etter avtale med helsepersonell
- Nødvendige resepter, sykmelding og informasjon får du av sykepleier/lege før hjemreise
- Du bør ha en voksen person hos deg den første natten etter operasjonen
- Hvis du bor mer enn 1 times kjøretur fra sykehuset, må du overnatte i nærheten av sykehuset

Hva skjer etter operasjonen?

Det gjør vondt i halsen etter operasjonen. Derfor er det viktig å ta smertestillende legemidler regelmessig. Det er normalt at smerten øker etter 4–7 dager, for senere å avta. Smerten er vanligvis mindre når bare deler av mandlene fjernes.

Smerten er som oftest verst på morgenen, blant annet fordi det har gått ekstra lang tid siden siste dose med smertestillende. Om natten vil det hjelpe deg å sove med hodet høyt, det reduserer hevelsen i det opererte området.

De første dagene etter operasjonen kan det føles ubehag i tungen fordi tungen må presses ned under operasjonen. Ubegaget lindres ved å bevege på tungen, for eksempel ved å spise og drikke. Øreverk kan forekomme uten at det er en øreinfeksjon. Øreverk lindres av smertestillende du tar mot halssmertene, og det kan også virke lindrende å tygge tyggegummi.

Stemmen din kan høres annerledes ut etter operasjonen. Det går over når såret i halsen har grodd. Det er lurt å hvile stemmen, unngå å snakke og synge høyt for å unngå mer vondt i halsen.

Komplikasjoner

De vanligste komplikasjonene er blødning eller infeksjon. Når du kommer hjem etter operasjonen, skal det aldri blø fra halsen. Hvis eventuell blødning ikke stopper i løpet av 5 minutter, må du ta kontakt med AMK tlf. 113.

Der mandlene satt, blir det såroverflater, og på disse dannes det et gråhvitt belegg. Dette er slimhinnenes svar på sårskorper på huden og et tegn på at sårene leges. Dette belegget kan lukte vondt og gi dårlig ånde. Belegget begynner å støtes bort etter ca. 7–10 dager. Det er fare for blødning helt frem til såroverflatene er fullstendig helet, noe som kan ta opptil tre uker.

Lett feber kan normalt forekomme det første døgnet. Hvis du er preget av feberen og den ikke forsvinner i løpet av et par døgn bør du kontakte helsepersonell for vurdering, da du kan ha fått en infeksjon.

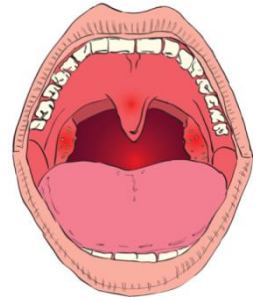
Smertestillende

Den første uken er det som oftest vondt å svelge, og du kan få smerter som stråler opp til ørene. Det er svært viktig å bruke smertestillende regelmessig. Planlegg måltidene, og spis ca. 30–60 minutter etter at du har tatt smertestillende for best smertelindringen. Du får med deg resept på smertestillende og et informasjonsark om smerter og smertebehandling etter operasjonen. Hvis du opplever at smertelindringen ikke er tilstrekkelig, og du har vanskeligheter med å få i deg nok drikke, må du kontakte helsepersonell.

Innleggelse må vurderes dersom du ikke får i deg nok væske og næring.

Kvalme

Kvalme og oppkast er vanlig, særlig første kvelden etter inngrepet. Det kan da være gammelt blod i oppkastet (mørk farge), siden det kan renne blod ned i magesekken under operasjonen. Kvalmen forsvinner vanligvis innen ett døgn.



Mat og drikke

Det er viktig å komme i gang med å spise og drikke som normalt, da tørr hals øker smertene. Drikk rikelig med væske (kald/lunken), og unngå syreholdige drikker, som ofte svir. Når du tygger tyggegummi, stimuleres spyttproduksjonen som lindrer smerte og virker oppfriskende. Varm mat og mat som kan rive i halsen (for eksempel knekkebrød og harde epler) bør unngås de første dagene. Unngå også alkohol og sterkt krydret mat.

Første dag må du holde deg til flytende kost som saft, vann, silte supper, melk og yoghurt. Vaniljeis/saftis virker kjølede og lindrer. Unngå kullsyreholdig drikke.

Andre dag rundt middagstider kan du starte med findelt/most kald/lunken mat (kjøtt, fiskeboller osv.) og brød uten skorpe.

Den første uken anbefales det å unngå varm mat og fortsetter med findelt kost og brød uten skorpe.

Oppfølging

De fleste som får fjernet halsmandlene kontrolleres ikke etter operasjonen. Derimot følges alle opp via Norsk kvalitetsregister ØNH – Tonsilleregisteret. Kvalitetsregisteret hjelper oss med å forbedre helsetjenestene og det er viktig at du svarer på tilsendte spørreskjema som kommer tilsendt som lenke i e-post eller SMS.

Hvor lenge blir du borte fra skole/arbeid?

Hvor lenge du må bli hjemme vil variere. Når hele mandelen er fjernet bør du være hjemme i cirka 14 dager. Når bare deler av mandlene er fjernet, bør du være hjemme i minst 7 dager.

Hva kan jeg ikke gjøre som nyoperert?

Etter operasjonen skal du ta det med ro for å redusere risikoen for blødning. Det er bra om du er oppe, men du bør ta med ro de første dagene. Du kan gjerne være utendørs hvis du orker. Unngå å være sammen med forkjølte personer så langt det er mulig. I 14 dager skal du ikke utføre anstrengende fysisk aktivitet som sport, tunge løft og rengjøring.

Viktig informasjon

Er det blødninger fra halsen?

Hvis svaret på dette er **Ja**, og det blør lengre enn 5 minutter: **RING 113 UMIDDELBART**

Er det blod i spyttet?

Hvis svaret på dette er **JA**: Ta kontakt med helsepersonell for å få råd

Har du store vanskeligheter med å få i deg væske?

Hvis svaret på dette er **JA**: Ta kontakt med helsepersonell for å få råd

Er du plaget av smerter til tross for regelmessig inntak av anbefalte legemidler?

Hvis svaret på dette er **JA**: Ta kontakt med helsepersonell for å få råd

Har du feber?

Lett feber er ikke farlig etter operasjonen. Hvis du har feber og er preget av dette, må du ta kontakt med helsepersonell for å få råd

Operasjonstidspunkt/overnatting: Inntakskontoret Øre-nese-hals, St Olavs Hospital Hverdager kl. 7.30-11.30 og 14.00-15.00	72 57 61 15
Sykepleierkontakt/medisinske spørsmål: Øre-nese-hals poliklinikk, St Olavs Hospital Hverdager kl. 8.00-15.00	72 57 61 31
Sykepleierkontakt/medisinske spørsmål: Øre-nese-hals sengepost, St Olavs Hospital Hverdager etter kl. 15.30 (Helg og høytid)	72 57 60 16
Sykepleierkontakt/medisinske spørsmål: Barn sengepost, St Olavs Hospital	72 57 48 42

Ved akutt hjelp – Ring 113

Norsk kvalitetsregister Øre-Nese-Hals, Tonsilleregisteret

Alle som opereres i halsmandlene vil bli inkludert i Tonsilleregisteret. Registeret var tidligere samtykkebasert, men har fra februar 2022 blitt et register med reservasjonsrett. Dette betyr at alle som får fjernet mandlene (tonsillektomi) eller deler av mandlene (tonsillotomi) automatisk blir inkludert i registeret dersom de ikke reserverer seg mot registrering.

Bakgrunn

I Tonsilleregisteret registreres pasienter som behandles kirurgisk for infeksjon eller forstørrede halsmandler (tonsiller). Kirurgisk behandling av halsmandler er et av de hyppigste inngrep på barn og unge i Norge. Det blir gjort ca. 8.000 operasjoner med fjerning av mandler pr. år i offentlige sykehus eller hos private behandlere med offentlig refusjon.

Formål

Formålet med registeret er å sikre en hensiktsmessig og trygg behandling for hele pasientgruppen, samt å øke kunnskapen om behandlingen både for den enkelte pasient og for pasientgruppen i sin helhet. Ved å delta i Tonsilleregisteret aksepterer du at registrerte opplysninger kan benyttes både til kvalitetsforbedring, forskningsformål og styring av helsetjenesten.

Hva skal registreres?

Opplysninger som blir registrert er navn, fødselsnummer, indikasjon for operasjon, behandling, mulige komplikasjoner i etterkant av inngrepet og pasientrapportert nytte.

Se nettsiden <https://stolav.no/norsk-tonsilleregister> for beskrivelse av registeret.

Hvor skal opplysningene hentes fra?

For å vurdere kvaliteten på behandlingen trenger vi å innhente opplysninger om deg før, under og etter behandlingen. Opplysningene samles inn i forbindelse med operasjonen, og opplysninger fra deg på elektronisk spørreskjema etter 30 dager og etter 6 måneder. Det er viktig at du da besvarer spørsmålene.

Innsynsrett, endring og reservasjonsrett

Du kan når som helst kreve innsyn i opplysningene som er registrert om deg, eller kreve at opplysningene slettes. Du kan også be om at uriktige opplysninger rettes. Du har rett til å reservere deg mot lagring og videre bruk av person- og helseopplysninger om deg i Tonsilleregisteret. Dersom du ikke ønsker at opplysninger om deg skal lagres, kan du når som helst uten at du må oppgi noen grunn reservere deg. Det vil ikke ha noen betydning for ditt behandlingsopplegg dersom du velger å reservere deg, eller dersom du senere ønsker å trekke deg. Opplysningene om deg i registeret vil da bli slettet. St. Olavs hospital som dataansvarlig vil imidlertid fortsatt behandle opplysninger i den grad det er nødvendig for å ivareta foretaket sin plikt til å sikre at personer som har reservert seg mot registeret ikke blir inkludert på nytt. Sletting av data vil ikke innebære sletting fra anonymiserte forskningsfiler som allerede er benyttet i forskning.

Du kan reservere deg ved å logge inn på www.helsenorge.no, varsle i forbindelse med operasjonen eller ta kontakt med Tonsilleregisteret. Mer opplysninger om hvordan å reservere seg kan du finne på hjemmesiden til Tonsilleregisteret <https://stolav.no/norsk-tonsilleregister>

Lover og regler

Tonsilleregisteret er regulert av forskrift om medisinske kvalitetsregistre, helseregisterloven og personvernforordningen. Registeret skal ivareta oppgaver i allmennhetens interesse og har lovlig grunnlag i personvernforordningen artikkel 6 nr.1 bokstav e og artikkel 9 nr. 2 bokstav g, h, i og j. Helseregisterloven og forskrift om medisinske kvalitetsregistre utgjør supplerende rettsgrunnlag i nasjonal rett. Opplysninger om din kontakt med spesialisthelsetjenesten kan innhentes og brukes av registeret uten ditt samtykke, men du har krav på informasjon og du har rett til å reservere deg mot at registeret behandler dine opplysninger.

Registrering av opplysninger skjer elektronisk og er sikret mot innsyn fra uvedkommende. All informasjon vil bli behandlet med respekt for personvern og privatliv, og i samsvar med lover og forskrifter.

Behandling av opplysninger i registeret

Opplysninger i registeret lagres i aidentifisert form, det vil si at personnummeret er erstattet med en kode. Dine personopplysninger kan kun utleveres, eller på annen måte tilgjengeliggjøres, når dette skjer i henhold til lover og forskrifter, som for eksempel reglene om taushetsplikt og den europeiske personvernforordningen. Opplysninger fra registeret kan benyttes til styring av helsetjenesten, kvalitetsforbedring av behandlingen og forskning. For slike formål kan det være aktuelt å knytte sammen informasjon fra registeret med andre offentlige registre: Norsk Pasientregister, Medisinsk Fødselsregister, Folkeregisteret, Reseptregisteret, Kreftregisteret, Dødsårsaksregisteret, Statistisk Sentralbyrå, NAV og befolkningsundersøkelsene som inngår i Conor (Cohort of Norway), relevante delregistre ØNH, Statens Helseundersøkelser, Tromsøundersøkelsen og Helse-Undersøkelsen i Nord-Trøndelag. Koblinger mot Norsk Pasientregister vil bli gjort regelmessig for å måle dekningsgrad og validitet i Tonsilleregisteret.

Det er etablert et samarbeid med andre nordiske tonsilleregistre. Det planlegges å sammenligne anonymisert datasett en gang i året, og igangsette internasjonal forskning basert på de ulike register. Du kan også bli invitert til å delta i spesielle forskningsprosjekt som er relatert til formålet med registeret. All sammenstilling av data krever forhåndsgodkjenning av offentlige godkjente

instanser. Resultater basert på analyser fra registeret vil ikke kunne tilbakeføres til enkeltindivider.

Det vil bli utarbeidet årlige nasjonale rapporter fra registeret, med tilgjengelige data for publikum på nettsiden. Resultater vil også publiseres fortløpende på fagmøter, samt i nasjonale og internasjonale medisinske tidsskrifter.

Mer informasjon om registeret

www.kvalitetsregistre.no

<https://stolav.no/fag-og-forskning/medisinske-kvalitetsregistre/norsk-tonsilleregister>

Registeransvarlig/kontaktperson

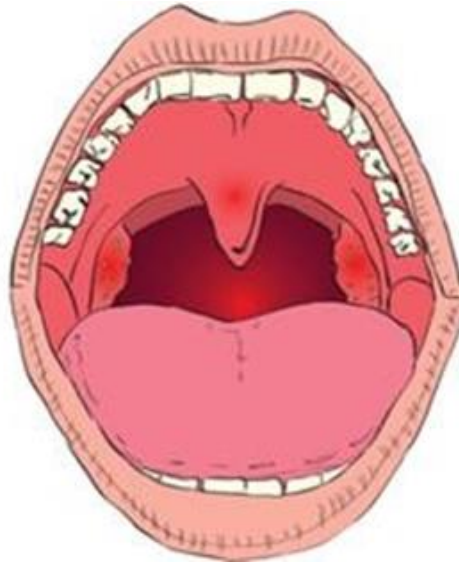
Daglig leder: Siri Wennberg

Epost: siri.wennberg@stolav.no

Telefon: +47 92266096

Faglig leder: Vegard Bugten

Epost: vegard.bugten@stolav.no



Du er velkommen til å kontakte oss hvis du har spørsmål eller er i tvil om noe!

Avdeling for øre-nese-hals, St. Olavs Hospital

Harald Hardrådes gate 5, 7030 Trondheim

Telefon: 72 57 61 31

post.onh.kjeve.oye@stolav.no

www.stolav.no

Alle rettigheter tilhører Avdeling for Øre-nese-hals, St. Olavs Hospital. Teksten må ikke kopieres eller mangfoldiggjøres på annen måte uten særskilt tillatelse fra Avdeling for Øre-nese-hals, St. Olavs Hospital.

Bilde: Colourbox.com

09.06.2022