

Smertebehandling og pasientinformasjon etter tonsilleoperasjoner for voksne > 16 år

Проект по терапии боли после тонзиллэктомии

Купирование боли у взрослых после тонзиллэктомии

Важно регулярно принимать назначенные врачом обезболивающие для облегчения собственного состояния и предотвращения болевых пиков.

Обезболивающие лучше всего действуют при одновременном приеме. Вам потребуются обезболивающие средства в течение 7-14 дней после операции.

Рекомендуемое обезболивание вы можете начать после возвращения домой:

- Paracet и Arcoxia следует принимать регулярно::

Paracet 1 г. (2 табл. по 500 мг) - принимать не более 4 раз в сутки (каждые 4-6 ч.).

Arcoxia 90 мг (1 табл.) - принимается один раз в день: утром вместе с первой дозой парацета.

Если вы все еще не добились достаточного обезболивания, вы можете дополнительно принять:

- Tramadol 50 мг (1-2 капсулы) не более 4 раз в сутки. Принимается одновременно с парацетом.

Терапия боли:

		Утром	Днем	Вечером	Перед сном/ ночью
Постоянно	Paracetamol 1 г x 4 (1 грамм: 2 табл. по 500 мг)	X	X	X	x
Постоянно	Arcoxia 90 мг x 1	X			
При необхо- димости	Tramadol 50 мг x 3 (4)	X	X	X	(x)

Важная информация приведена на следующей странице

Важная информация о терапии боли:

- Очень важно, чтобы первые сутки вы находились в покое, чтобы раны в горле закрылись
- Горло обычно болит на протяжении 1-2 недели после операции
 - В течение 3-7 дней после операции боль может усиливаться. Это нормальная часть процесса заживления раны
 - Обычно боль сильнее по утрам, поэтому принимайте обезболивающее, как только проснетесь.
 - В первые несколько дней после операции может возникнуть чувство дискомфорта в языке, так как во время операции язык сдавливается. Неприятные ощущения облегчаются, если подвигать языком, например, поест и попить
 - У вас также может появиться боль в ушах, не вызываемая инфекцией. Боль в ушах можно купировать теми же обезболивающими препаратами, которые вы принимаете от боли в горле. Обезболивающее действие может также оказать жевательная резинка
- Важно начать нормально есть и пить
 - Пейте большое количество жидкости (холодной/теплой) и избегайте подкисленных напитков, которые часто вызывают чувство жжения.
 - Облегчить боль может также мороженое или посасывание кубиков льда
 - Планируйте приемы пищи и ешьте примерно через 30-60 минут после приема болеутоляющих средств
 - Начните с жидких и измельченных/перетертых продуктов, которые легче проглотить (процеженные супы, йогурт, ванильное мороженое, хлеб без корочки и т.д.)
 - В первые несколько дней избегайте горячей, острой пищи и продуктов, которые могут вызвать раздражение горла (сухарики, хлебцы и т.д.).
- Некоторым легче спать с приподнятой головой - это уменьшает отек и тем самым облегчает боль.
- Белый налет на поверхностях операционных ран в горле - нормальная часть процесса заживления ран

Удачи и скорейшего выздоровления!