

## ► Après

**Repos :** Trois à quatre jours de repos à la maison sont conseillés.

- Toute activité peut être reprise dès que l'enfant se sent en forme. Le retour à l'école peut être envisagé dès la semaine suivante si le régime alimentaire peut être correctement suivi (notamment à la cantine).

## **Alimentation :**

- Les consignes sont détaillées à la page suivante. Du fait des douleurs de gorge, votre enfant mangera probablement peu durant les 3 premiers jours après l'opération. Il faut se montrer patient. Il est inutile de revenir consulter pour ces difficultés d'alimentation sauf si l'enfant ne mange pas et ne boit pas du tout. N'hésitez pas à fractionner les repas et pensez à boire ou faire boire suffisamment (eau, lait, etc.).

## **Saignements :**

- Le risque principal de cette intervention est le saignement. Celui-ci peut survenir durant les 3 premières semaines suivant l'opération avec un **risque maximal entre le 10ème et le 15ème jour** postopératoire. Si du sang sort par la bouche ou par le nez durant cette période, même si ce saignement paraît peu important, il faut impérativement et rapidement consulter.
- Aux heures ouvrables, appeler la consultation ORL au 02.31.06.46.40. Si vous n'arrivez pas à nous joindre, rendez-vous à l'hôpital le plus proche. En dehors des heures ouvrables, les week-end et jours fériés, aller à l'hôpital le plus proche.
- Du fait de ces risques de saignement, les voyages sont déconseillés durant cette période pour ne pas vous retrouver démunis en cas de saignement.

## **Douleur :**

- Il faut **systématiquement** donner les médicaments contre la douleur sans attendre que l'enfant ait mal (paracétamol et Nurofen) notamment les 2-3 premiers jours.
- **Ne pas donner d'aspirine ou autre anti-inflammatoires mais uniquement les médicaments prescrits.**
- Il est par ailleurs normal d'observer des peaux blanches dans la gorge. Une mauvaise haleine, des douleurs dans les oreilles et une température à 38°C pendant quelques jours sont des suites opératoires habituelles.
- Vous reverrez le chirurgien environ 1 mois après l'intervention pour un contrôle.

# Guide POUR L'ABLATION DES AMYGDALES

Vous ou votre enfant allez subir une ablation partielle (amygdalotomie) ou totale (amygdalectomie) des amygdales. Ce guide vous présente des conseils avant l'intervention et pour le retour à la maison.

## ► Avant

- Vous avez rencontré le chirurgien puis l'anesthésiste en vue de cette intervention.
- Vous serez appelé(e) dans la semaine pour vous préciser l'heure d'arrivée attendue au CHU.
- Vous ou votre enfant devra être **à jeun 6h** avant l'arrivée au CHU et pourra prendre des **liquides clairs 2h heures avant** votre arrivée (eau sucrée ou avec sirop de menthe/grenadine, jus de pomme ou de raisin SANS pulpe) **mais pas de lait !**



## Aliments autorisés

### Du 1<sup>er</sup> au 3<sup>ème</sup> jour :

ALIMENTS AUTORISÉS : LIQUIDES, FROIDS ET LISSE



- ✓ glaces (sans morceaux),
- ✓ yaourt sans morceaux,
- ✓ crèmes, fromage blancs, petits suisses,
- ✓ jus de fruits doux, eau, lait nature ou aromatisé, soupes froides,
- ✓ biberon de lait,
- ✓ compotes sans morceaux.

### Du 4<sup>ème</sup> au 7<sup>ème</sup> jour :

ALIMENTS AUTORISÉS : MIXÉS, TIÈDE



- ✓ purée de pommes de terre ou de légumes,
- ✓ soupes tièdes, bouillies,
- ✓ viandes et filets de poisson hachés,
- ✓ omelettes,
- ✓ semoule, pâtes, ris (bien cuits),
- ✓ petits pots,
- ✓ céréales trempées dans du lait,
- ✓ pain de mie, brioche, pains au lait,
- ✓ fromage sans croûte.

**A partir du 8<sup>ème</sup> jour :** alimentation de texture normale **sauf** aliments agressifs pour le fond de gorge risquant de faire saigner.

**A partir du 16<sup>ème</sup> jour :** alimentation normale.



## Aliments interdits

### Du 1<sup>er</sup> au 3<sup>ème</sup> jour :

ALIMENTS INTERDITS



- ✗ sorbet acides,
- ✗ yaourt ou glace avec morceaux,
- ✗ céréales,
- ✗ bonbons acidulés,
- ✗ chips, frites, gâteaux apéritif,
- ✗ pain frais, biscottes, gâteaux secs,
- ✗ gruyère, emmental, comté,
- ✗ sucre en poudre,
- ✗ boissons gazeuses.

### Du 4<sup>ème</sup> au 15<sup>ème</sup> jour

ALIMENTS INTERDITS



- ✗ sorbets acides,
- ✗ céréales sans lait,
- ✗ bonbons acidulés,
- ✗ chips, frites, gâteaux apéritif,
- ✗ pain frais, biscottes, gâteaux secs.

**Alimentation après une intervention des amygdales**