



Hálskirtlar

Leiðbeiningar eftir hálskirtlatöku

Ástæður hálskirtlatöku

Hálskirtlar eru eitilvefur sem tilheyrir varnarkerfi líkamans. Hann hefur þýðingu fyrstu 2-3 ár ævinnar, eftir það gerir hann ekki gagn.

Í megindráttum eru tvær ástæður fyrir hálskirtlatöku, langvinnar og endurteknar sýkingar eða ofvöxtur sem hefur heftandi áhrif á svefn og/eða mataræði.

Ennfremur eru samverkandi þættir eins og kögglamyndun í kirtlum, andremma og særindi í koki stundum ástæða fyrir aðgerð en ekki einar og sér.

Fylgikvillar

Reynslan hefur sýnt að ef ekki eru neinar blæðingar á fyrstu 1-2 klst. eftir aðgerðina er ekki hætt á blæðingum fyrr en eftir u.þ.b. viku +/- 2-3 dagar. Þetta stafar af því að þegar skánir (hrúður) losna af sárbeðnum getur rifnað ofan af æðum sem blæðir þá úr. Ef slík blæðing kemur skaltu skola hálsinn vel með ísvatni og forðast að kyngja blóðinu. Ef blæðing er veruleg og stoppar ekki er best að koma á slysadeild.

Verkir vara allt að 10 – 14 dögum eftir aðgerð og eru verstir á morgnana. Oft fylgir sár verkur út í eyrun, helst eftir um viku. Gott getur verið að taka verkjalyf hálfri klst. fyrir mat.

Ekki má taka lyf sem innihalda Aspirín eða önnur bólguhemjandi lyf svo sem Íbúfen, Naproxen, Voltaren eða Vóstar meðan hálsinn er að gróa.

Mikilvægast er að drekka vel af vökva. Óhætt er að borða flestan mat en gæta verður þess að matur og drykkur sé kaldur eða ekki meira en volgur, aldrei heitur. Flestum reynist best að vera í fljótandi eða mjúku fæði.

Gott er að hreinsa vel munninn til að minnka líkur á sýkingu í hálsi. Burstá tennur 2-3. sinnum á dag, skola munninn vel og kyngja vatnssopa eftir hverja máltíð. Varast skal harkalegar ræsingar.

Eðlilegt er að ljós skán sitji á hálsinum í u.þ.b. viku tíma eftir aðgerð og fylgir henni yfirleitt sterk lykt úr vitum en hún hverfur smám saman. Ekki má kroppa í skánirnar eða fjarlægja þær.

Eðlilegt er að hafa hitaslæðing, allt að 38° í viku eftir aðgerð. Hafið samband við lækni ef hitinn fer hækkandi.

Haltu kyrru fyrir í u.þ.b. eina viku eftir aðgerð. Forðastu alla áreynslu t.d. rembing, lyftingar, líkamsrækt í 2 vikur. Forðastu einnig mikinn hita, t.d. sólböð, ljós, gufuböð og heit böð.

Daginn eftir aðgerðina eða næsta virka dag verður haft samband við þig frá vöknun til að athuga hvernig gengur.

Við miklar blæðingar frá hálsinum er best að koma á Slysadeild. Sími slysaeildar er 463 0803. Upplýsingar má líka fá hjá Vöknun í síma **463 0118** kl. 08:00-16:00.

Símatími

Símatíma hjá aðgerðarlækni má panta hjá ritara HNE-deildar **463 0111** kl. 13:00-14:00

Gangi þér vel.