

Mandeloperation / Tonsillektomie

Liebe Eltern

Ihr Kind hat die Mandeloperation gut überstanden und wird sich bald erholt haben. Damit die Nachbehandlung zu Hause gut verläuft, sollten Sie die folgenden Punkte beachten:

Allgemeine Tipps

- Melden Sie sich rechtzeitig bei ihrem/ihrer HNO-Spezialist/-in oder Kinderarzt/Kinderärztin zur Nachkontrolle an → Termin ca. 1 Woche nach Spitalentlassung.
- Halten Sie ihr Kind vermehrt unter Aufsicht.
- Gönnen Sie ihrem Kind nach der Entlassung genügend Ruhe → Spielgruppen- bzw. Kindergarten- oder Schulbesuch ist 10 bis 14 Tage nach der Operation wieder möglich.
- Vermeiden Sie übermässige körperliche Aktivitäten, heisses Baden und intensive Sonnenbestrahlung während den ersten zwei Wochen. Dies kann zu Nachblutungen führen.
- Sportverbot für 2 ½ bis 3 Wochen.
- Vermeiden Sie Kontakte zu erkälteten oder kranken Kindern.
- Duschen und Haarewaschen sind ab dem 3. Tag nach der Operation erlaubt.
- Die Zahnreinigung ist während dieser Zeit mit einer milden Zahnpaste möglich, sollte aber besonders im hinteren Bereich sehr sorgfältig erfolgen.
- Medikamente (inkl. Tabletten, Tropfen, Sublingualtabletten) können mit Flüssigkeit oder bspw. Joghurt verabreicht werden.

Schmerzen

Verabreichen Sie die Schmerzmedikamente genau nach Verordnung, auch bei Beschwerdefreiheit für mindestens eine Woche.

Fieber

Informieren Sie ihre/n Kinderärztin/Kinderarzt oder HNO-Spezialist/-in bei Fieber von 38.5° und darüber.

Wundinfekt

Nach der Operation bleibt eine offene Wundfläche zurück und es besteht eine gewisse Gefahr für eine Infektion. Falls die Schmerzen zu Hause zunehmen und ein verstärkter Mundgeruch auftritt → informieren Sie ihre/n Kinderärztin/Kinderarzt oder HNO-Spezialist/-in. Allenfalls braucht es eine antibiotische Therapie.

Nachblutung

Nach etwa 5 bis 7 Tagen löst sich der Wundschorf spontan ab, was zu einer minimalen Nachblutung führen kann. Diese ist harmlos und geht rasch vorbei. Möglicherweise ist ihr Kind in dieser Zeit etwas schmerzempfindlicher. In diesem Zeitraum sollte auch die Nachkontrolle stattfinden.

Falls eine grössere Nachblutung auftreten sollte, benachrichtigen Sie bitte sofort ihre/n Operateurin/ Operateur, oder rufen Sie uns direkt über das Beratungstelefon an.

Lassen Sie ihr Kind im Sitzen und das Blut - sofern möglich - ausspucken. Legen Sie ein Kühlbeutel in den Nacken um die Blutung zu stoppen. Kommen Sie umgehend mit ihrem Kind auf die Notfallstation des Ostschweizer Kinderspitals!

Ernährung

In den ersten 14 Tagen nach der Mandeloperation soll auf eine **abgekühlte, weiche** und **milde** Kost geachtet werden. Dies hilft ihrem Kind möglichst schmerzfrei zu essen und zu trinken und begünstigt die Schorfabheilung, damit es zu keiner verfrühten Schorfabstossung und Nachblutung kommt.

Merkblatt	Autor/in:	Geprüft	Version	Veröffentlicht	Seite
Elterninformation_Tonsillektomie_MB.docx	Glutz Andrea OKS-HNO-EXT	26.01.2026	8.0	20.02.2024	1 / 3

Scharfe, saure, klebende, heisse oder harte Speisen sind zu vermeiden.

Die folgende Nahrungsmittelliste gibt einen groben Überblick zur Auswahl:

Geeignete Lebensmittel	Ungeeignete Lebensmittel
Getränke	
Wasser, Mineralwasser ohne Kohlesäure, Kräutertee, Frappés, verdünnter Sirup, Milch, kalte Ovi/Schoggi	Mineral- und Süssgetränke mit Kohlensäure, Fruchtsäfte, Eis- /Früchtetee, Tomatensaft, Molke- /Birchermüeslidrink
Brot und Backwaren	
Brot und Zopf → ohne Rinde und ohne Kerne/Nüsse, Weggli, leichtes Hefengebäck ohne Stücke/Dörrfrüchte, Kuchen ohne Stücke, eingeweichter Zwieback	Gipfeli, Knäckebrot, Darvida, Zwieback, Früchte- und Nussbrot, Gebäck mit Kruste, Fruchtkuchen, Lebkuchen mit Füllung, Linzertorte
Getreide und Getreideprodukte	
Risotto, Teigwaren, Griess, Polenta fein, Couscous	Trocken- und Vollkornreis, grobe Flocken, Cornflakes, Birchermüesli, Popcorn
Milchprodukte	
Joghurtsorten und Quarksorten mit Aromen, Hüttenkäse nature, milde Käsesorten, Weichkäse, Doppelrahmfrischkäse, Schmelzkäse	Joghurt und Quark mit groben Fruchtstücken, Nüssen oder Flocken, Halbhart- und Hartkäsesorten, rezente oder stark gewürzte Käsesorten
Kartoffeln	
Kartoffelstock, Gratin ohne Kruste, Salzkartoffeln, Geschwellte ohne Haut	Pommes frites, Pommes Chips, Kroketten, Bratkartoffeln, Rösti
Fleisch Geflügel, Fisch	
Fleisch ohne Kruste, Gehacktes, Brät, Würste, Fleischkäse, Schinken, Lyoner, pochierte Fischfilet	Trockenfleisch, Aufschnitt mit Pfefferkörnern oder Pistazien, Fleisch mit Kruste, paniertes Schnitzel, geräucherter und stark gewürzter Fisch, Fischstäbchen
Eier	
Rührei, Omelette, Eier weich/hart/pochiert	Stark gebratene Spiegel- und Rühreier
Gemüse	
Weich gekocht! Karotten, Schwarzwurzeln, Blumenkohl, Broccoli, Erbsen, Zucchini, Spinat püriert, Knollensellerie, Aubergine, Lattich	Tomaten, Zwiebeln, Knoblauch, Schnittlauch, alle Salate, in Essig eingelegtes Gemüse wie Gurken oder Sauerkraut, Chutney
Obst und Kompott	
Kompott: Birnen, Pfirsich, Apfel	Alle frischen Früchte, Zitrusfrüchte, Bananen, Beeren und saure Obstsorten
Süssspeisen & Co	
Crèmen, Glacé, Pudding und Flan mit Aromen, Konfitüre ohne Stücke und Kernen, Gelée	Honig, Caramel- und Schoggisauce, Marzipan, Krokant, Crèmen und Glacé mit Säure oder Fruchtstücken, Meringue, Schokolade
Nüsse	
keine	alle
Suppen	
Crèmesuppe oder milde Bouillon → ausgekühlt	Tomatensuppe, Minestrone, Suppe mit Croutons

Saucen	
Milde Rahmsauce, milde Jus	Stark eingekochte Saucen, Curry-, Pfeffer-, Tomatensauce, Sauce Vinaigrette, scharfe Saucen
Gewürze	
Salz, Bouillon	Scharfe Gewürze wie Pfeffer, Curry, Paprika, Chili, Senf, Ketchup

Kontakt

Bei allfälligen Fragen/Unklarheiten wenden Sie sich bitte wie folgt an uns:

Beratungstelefon Ostschweizer Kinderspital

0900 144 100 / 3.23 CHF/Min. über Festnetz und Handykunden mit Abo oder

0900 144 200 / 3.23 CHF/Min. mit Prepaid-Handy

Wenn 0900er-Nummern gesperrt über Medgate → 058 387 77 10

Weitere Informationen unter: <https://www.kispisg.ch/beratungstelefon>

