

# ПАМЯТКА ПОСЛЕ УДАЛЕНИЯ НОВООБРАЗОВАНИЙ ГОРТАНИ (ЭНДОСКОПИЧЕСКИ)



КЛИНИКА  
УХА, ГОРЛА  
И НОСА

ВЗРОСЛЫМ И ДЕТАМ

## ДОРОГОЙ ПАЦИЕНТ!

Поздравляем с успешно проведённым эндоскопическим удалением новообразования гортани. Это важный шаг к восстановлению вашего голоса и комфортного глотания. Чтобы восстановление прошло мягко и без осложнений, пожалуйста, внимательно ознакомьтесь с рекомендациями. **МЫ ЗАБОТИМСЯ О ВАС НА КАЖДОМ ЭТАПЕ.**

### СРАЗУ ПОСЛЕ ОПЕРАЦИИ

- **ОЩУЩЕНИЯ:** В первые дни после операции вы можете испытывать першение, чувство «комка» в горле, небольшую осиплость голоса и дискомфорт при глотании. Это нормальная реакция тканей на вмешательство. Также возможны незначительные прожилки крови в слюне.
- **ГОЛОС:** Вам необходим **ПОЛНЫЙ ГОЛОСОВОЙ ПОКОЙ** в течение первых 3–5 дней. Старайтесь не говорить даже шепотом (шепот напрягает связки сильнее обычной речи). Общайтесь с помощью записок или переписки в телефоне.

### ЧТО МОЖНО И НУЖНО ДЕЛАТЬ (УХОД)

- **РЕЖИМ ПИТАНИЯ:** Пища должна быть термически, механически и химически щадящей. Употребляйте тёплые (не горячие!) протертые супы, каши, кисели, йогурты. Исключите твёрдую, острую, солёную и кислую пищу, а также сухари и семечки, которые могут травмировать гортань.
- **УВЛАЖНЕНИЕ:** Для комфорта слизистой рекомендуется увлажнение воздуха в помещении. Полезно щелочное питье (тёплая минеральная вода без газа) небольшими глотками.
- **МЕДИКАМЕНТЫ:** Строго соблюдайте назначения врача. Если доктор прописал ингаляции, орошения или антибактериальные препараты, выполняйте назначения своевременно.

### ЧТО КАТЕГОРИЧЕСКИ НЕЛЬЗЯ ДЕЛАТЬ

- **НЕ НАПРЯГАЙТЕ ГОЛОС:** После окончания голосового покоя говорите тихо и спокойно, не срывайтесь на крик. Избегайте длительных разговоров.
- **НЕ КУРИТЕ И НЕ УПОТРЕБЛЯЙТЕ АЛКОГОЛЬ:** Курение (в том числе пассивное) и алкоголь сильно раздражают и сушат слизистую гортани, замедляя заживление. Исключите их минимум на 3–4 недели.
- **НЕ ЕШЬТЕ ГОРЯЧУЮ И РАЗДРАЖАЮЩУЮ ПИЩУ:** Исключите слишком горячие блюда и напитки, а также грубую пищу.
- **НЕ ПЕЙТЕ ГАЗИРОВАННЫЕ НАПИТКИ:** Пузырьки газа раздражают слизистую гортани.
- **ИЗБЕГАЙТЕ ПЕРЕОХЛАЖДЕНИЯ И ЛЮДНЫХ МЕСТ:** В ближайшую неделю старайтесь не посещать места скопления людей, чтобы избежать ОРВИ. Кашель и чихание могут травмировать послеоперационную область.

### КОГДА НУЖНО ПРИЙТИ К ВРАЧУ

- **ПЛАНОВЫЙ ОСМОТР:** Обязательно придите на контрольный осмотр (ларингоскопию) к лечащему врачу в назначенный день (обычно через **7–14 ДНЕЙ**) для оценки заживления и получения результатов гистологии.
- **КОГДА ОБРАТИТЬСЯ СРОЧНО:**
  - Появление обильного кровотечения (ярко-алая кровь или сгустки).
  - Внезапное и сильное затруднение дыхания (чувство нехватки воздуха).
  - Повышение температуры выше 38°C, не связанное с простудой.
  - Резкое усиление боли в горле, не проходящее после обезболивающих.

### СРОКИ ВОССТАНОВЛЕНИЯ

- Помните, что восстановление голоса и исчезновение дискомфорта происходит постепенно. Полное заживление слизистой гортани занимает от **3 ДО 6 НЕДЕЛЬ**. В этот период берегите горло: не пейте холодное, не ешьте острое и давайте голосу отдыхать. Прогулки на свежем воздухе полезны, но без переохлаждения.

СПАСИБО, ЧТО ДОВЕРИЛИ НАМ СВОЁ ЗДОРОВЬЕ.  
ТЕРПЕНИЯ ВАМ, ТИШИНЫ И СКОРЕЙШЕГО  
ВОЗВРАЩЕНИЯ К ЧИСТОМУ ГОЛОСУ!

**С ЗАБОТОЙ  
О ВАШЕМ  
ЗДОРОВЬЕ**

Москва,  
ул. Самотечная 5  
м. Цветной бульвар  
т. 8 (495) 153-40-94  
lorlor.ru