

Spécialiste en ORL et Chirurgie Cervico-Faciale

Ancienne interne au CHU de Bordeaux (France) · Ancienne Médecin à l'Hôpital 20 Août (Casablanca)

📍 Boulevard Al Qods, Résidence les Princes, Entrée B, 3ème étage N° 8, Aïn Chock, Casablanca

☎ Tél Fixe : 05 22 52 67 77 · Mobile / WhatsApp : 06 04 14 08 75

Fiche 10

Suivi Post-Opératoire & Sécurité

Conseils pratiques et alimentation après une chirurgie des amygdales ou de la thyroïde

Une bonne préparation et le respect des consignes post-opératoires garantissent une récupération sereine et rapide après une intervention ORL ou cervico-faciale. Retrouvez les recommandations essentielles remises aux patients du cabinet.

★ L'essentiel en 3 points

- ✓ Après une amygdaléctomie, l'alimentation doit rester strictement froide ou tiède, lisse et molle pendant 10 à 12 jours pour protéger la cicatrisation.
- ✓ Après une chirurgie de la thyroïde, la reprise de la parole et d'une alimentation souple se fait dès le soir de l'intervention.
- ✓ Ne prenez jamais d'aspirine ni d'anti-inflammatoires non stéroïdiens sans prescription explicite dans les jours précédant ou suivant une chirurgie ORL.

1. Suites opératoires après chirurgie des amygdales et des végétations

Après une adénoïdectomie seule (végétations), la récupération de l'enfant est très rapide en 24 à 48 heures. Après une amygdaléctomie, les loges amygdaliennes cicatrisent à l'air libre en se recouvrant d'un enduit blanchâtre normal (escarre) qui tombe entre le 7e et le 10e jour.

- Hydratation fréquente par petites gorgées d'eau fraîche tout au long de la journée
- Alimentation lisse, molle et froide/tiède (yaourts, compotes, purées lisses, glaces, soupes tièdes) pendant 10 jours
- Éviter absolument les aliments durs, croquants (pain grillé, biscuits, frites), acides (agrumes, tomate) ou très chauds
- Donner les médicaments antalgiques prescrits à horaires réguliers, même avant que la douleur n'apparaisse

2. Suites opératoires après chirurgie de la thyroïde ou des glandes salivaires

À la suite d'une lobectomie ou d'une thyroïdectomie, la douleur cervicale est habituellement modérée, comparable à une courbature ou à une angine légère. Vous pouvez bouger doucement le cou et parler normalement sans forcer la voix.

Des soins locaux simples puis une protection solaire et un massage cicatriciel doux permettent d'obtenir une cicatrice fine presque invisible dans le pli du cou.

3. Suites après chirurgie endoscopique du nez et des sinus

L'élément clé de la cicatrisation naso-sinusienne est la réalisation assidue des lavages des fosses nasales au sérum physiologique, en évitant de se moucher violemment, de porter des charges lourdes ou de s'exposer à la chaleur intense la première semaine.



Signes post-opératoires imposant de contacter immédiatement le médecin (06 04 14 08 75 / 05 22 52 67 77)

🩸 Tout saignement rouge par la bouche ou par le nez après une chirurgie des amygdales ou des sinus

👉 Apparition d'un gonflement rapide du cou (hématome) ou de fourmillements autour de la bouche et dans les doigts après une chirurgie de la thyroïde

🌡 Fièvre persistante supérieure à 38,5 °C ou impossibilité totale de boire chez l'enfant opéré

En cas d'urgence vitale, détresse respiratoire ou saignement sévère, contactez immédiatement le SAMU (141) ou présentez-vous au service d'urgences le plus proche.

