

# Avoir une opération pour se faire enlever les amygdales



On vous a proposé une opération appelée amygdalectomie. Cette fiche vous explique en quoi elle consiste, comment vous y préparer et ce que vous devrez faire après avoir été opéré.

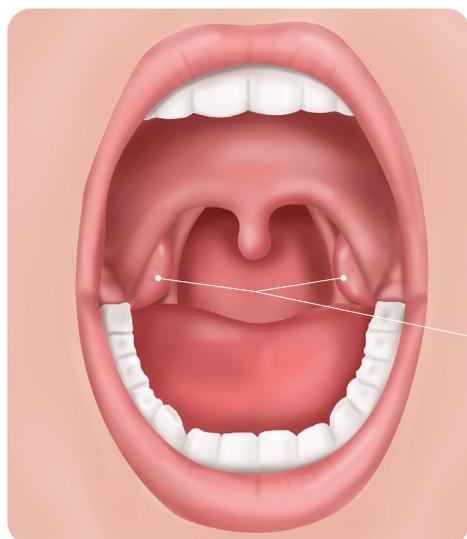
## Pourquoi dois-je avoir cette intervention?

Les amygdales sont deux organes en forme d'amande dans le fond de la gorge.

Elles font partie du système de lutte contre les infections dues à des virus ou à des bactéries.

On doit vous les enlever pour l'une des raisons suivantes :

- > Vous avez des infections répétées aux amygdales.
- > Vos amygdales sont trop grosses et vous gênent quand vous avalez ou respirez.
- > Vous avez peut-être un cancer dans l'une d'elles.



Amygdales

## En quoi consiste l'intervention?

Elle consiste à retirer une de vos amygdales ou les deux.

## Quels sont les risques liés à l'intervention?

Vous faire enlever les amygdales ne vous rendra pas plus faible devant les virus ou les bactéries : d'autres organes vont défendre votre corps à leur place.

L'opération ne laisse aucune cicatrice apparente hors de la bouche.

Par contre, elle peut causer :

- > une importante perte de sang (hémorragie) à l'endroit où étaient les amygdales.
- > une infection à l'endroit de l'intervention.
- > de la déshydratation en raison de la difficulté à boire et à manger dans les jours suivant l'opération.
- > dans de rares cas, de l'air qui fuit ou du liquide qui coule du nez lorsque vous parlez ou mangez (insuffisance vélopharyngée). En général, cela arrête après quelques semaines.

## Comment dois-je me préparer ?

### MÉDICAMENT

Si vous prenez des médicaments pour rendre votre sang plus fluide (ex. : anticoagulants, antiplaquettaires), il faudra arrêter pendant quelques jours. Votre médecin vous dira comment faire.

### TABAC

Fumer augmente le risque d'infection après l'opération et, surtout, retarde la guérison. Il est donc fortement recommandé d'arrêter de fumer au moins 1 semaine avant l'opération et pendant 2 mois après. Pour de l'aide, consultez la fiche santé [Cesser de fumer avant mon opération](#).

## Combien de temps dure l'intervention ?

L'opération dure 30 minutes. C'est une chirurgie d'un jour. Vous serez donc de retour à la maison le jour même.

## Comment se déroule l'intervention ?

- > On vous endort complètement le temps de l'opération (anesthésie générale).
- > On retire vos amygdales en passant par votre bouche.
- > À votre réveil, l'équipe de soins surveille votre état de santé. Elle vous dira quand vous pourrez partir accompagné, si tout se passe bien.



## Y a-t-il des précautions à prendre APRÈS l'intervention ?

### HYDRATATION ET ALIMENTATION

- > **Ne mangez pas d'aliments** qui peuvent irriter la gorge et causer des saignements (ex. : biscuits, noix, croustilles, rôties, céréales sèches, bonbons, suçons, friandises). Évitez les aliments chauds, acides, épicés.
- > Au début, ne consommez que des liquides clairs et froids (ex. : Jell-O, sucettes glacées, boissons sportives). Ils aident à soulager la douleur.
- > Selon votre tolérance, vous pouvez peu à peu manger de la nourriture molle et tiède (ex. : pudding, yogourt, purée).
- > S'il vous est difficile de manger, vous pouvez consommer des boissons protéinées (ex. : Ensure, Boost)
- > Il est très important de bien vous hydrater. Buvez au moins 1,5 litre par jour. Buvez souvent, même si ce sont juste de petites quantités à la fois.



Comme la douleur incite à manger moins, il n'est pas rare de perdre du poids pendant la guérison. Vous retrouverez votre poids normal dès que vous recommencerez à manger comme d'habitude.

### SELLES ET VOMISSEMENTS

Il arrive d'avoir des selles ou des vomissements noirs dans les 24 heures après l'opération. Ne vous inquiétez pas : c'est normal. C'est du sang qui a été digéré.

### HYGIÈNE

Durant la guérison, la plaie dans la bouche se couvre de plaques blanches et jaunes. Elles restent environ 10 jours.

Cela cause une mauvaise haleine, mais vous pouvez vous brosser les dents.

## SOMMEIL

La douleur peut gêner votre sommeil. Pour bien dormir, restez calme et reposez-vous pendant les 2 semaines qui suivent l'opération.



## GESTION DE LA DOULEUR

Vous aurez beaucoup de douleur dans la gorge. Elle peut s'étendre aux oreilles et au cou. En général, cette douleur est la plus vive entre la 3<sup>e</sup> et la 5<sup>e</sup> journée après l'opération, mais elle peut durer 2 semaines. Pour la soulager :

- > **Prenez vos médicaments comme prescrits par le médecin.** Mettez une alarme pour ne pas oublier de les prendre à la bonne heure et durant la nuit, de façon à respecter les intervalles recommandés. Cela va vous aider à gérer la douleur avant d'avoir trop mal.



- > Mettez de la glace sur votre cou pendant 15 minutes chaque heure.
- > Sucez des glaçons et mangez des aliments froids.

## EFFORTS PHYSIQUES

Pendant 3 semaines, pour éviter le risque de saignement, **vous ne devez pas** :

- faire d'effort physique intense
- lever un objet qui pèse plus de 4,5 kg (ex. : un gros melon d'eau, un sac de poubelle plein, un panier de lavage rempli de serviettes, un petit chien)
- faire une activité physique qui ferait battre votre cœur plus vite



## SAIGNEMENTS

Il est fréquent d'avoir des filaments de sang dans la salive. C'est normal. **Par contre, si vous perdez du sang rouge clair par la bouche et que cela n'arrête pas, rendez-vous directement à l'urgence.**

Si vous avez un doute, appelez une infirmière de la ligne Santé Patient CHUM :

> 514 890-8086

## Quand vais-je pouvoir retourner au travail?

Le retour au travail se fait en général 2 semaines après l'opération. Dans certains cas, le délai est plus long. Parlez-en à votre médecin.

## Quel sera mon suivi?

Vous aurez un rendez-vous de suivi entre 4 à 6 semaines après votre opération. Votre médecin vous dira quand il aura lieu.

## Y a-t-il des signes à surveiller?

Appelez une infirmière de la ligne Santé Patient CHUM, au **514 890-8086**, si vous avez l'un des signes suivants :

- fièvre plus élevée que 38,5 °C (101,3 °F) pendant plus de 24 heures
- douleur qui ne diminue pas même quand vous prenez les médicaments prescrits



Ce service est offert 7 jours sur 7, 24 heures sur 24. Lors de l'appel, assurez-vous d'avoir votre carte d'assurance maladie en main.



### ATTENTION

**Si vous perdez du sang rouge clair, allez tout de suite à l'urgence.**

## Que dois-je faire s'il me faut annuler ou déplacer mon rendez-vous?

Contactez le Centre des rendez-vous :

> **514 890-8051**

## À qui m'adresser pour obtenir de l'aide ou poser des questions?

Avant votre intervention, vous pouvez appeler la Clinique d'ORL, du lundi au vendredi de 8 h à 16 h :

> **514 890-8235**

Pour toute question liée à votre santé après l'intervention, appelez une infirmière de la ligne Santé Patient CHUM :

> **514 890-8086**



### RESSOURCES UTILES

Il existe d'autres fiches santé produites par le CHUM. Demandez lesquelles pourraient vous convenir.



Vous pouvez aussi les consulter directement sur notre site [chumontreal.qc.ca/fiches-sante](http://chumontreal.qc.ca/fiches-sante)



### Questions


*Le contenu de ce document ne remplace d'aucune façon les recommandations faites, les diagnostics posés ou les traitements suggérés par votre professionnel de la santé.*

Pour en savoir plus sur le Centre hospitalier de l'Université de Montréal  
[chumontreal.qc.ca](http://chumontreal.qc.ca)