

ZVĚTŠENÁ ADENOIDNÍ VEGETACE (NOSOHLTANOVÁ MANDLE, NOSNÍ MANDLE) – INFORMACE PRO RODIČE

Vážení rodiče,

vážíme si volby našeho pracoviště pro operaci vašeho dítěte. Následující řádky jsou určeny jako informace, jak postupovat, pokud Vašemu dítěti bylo doporučeno vyšetření a následně operace – odstranění zvětšené nosní mandle.

Co je adenoidní vegetace (nosohltanová mandle, nosní mandle)?

Jedná se o lymfatickou tkáň v nosohltanu, která je součástí systému ochrany proti infekci ze zevního prostředí. Nosohltanovou mandli má každé dítě, pokud mu již nebyla odstraněna. Největší je v období mezi 3. - 6. rokem věku dítěte a později zaniká. V dospělosti se vyskytuje výjimečně.

Jaké jsou příčiny zvětšení adenoidní vegetace (nosní mandle)?

Zvětšení adenoidní vegetace je komplexní problém. Nejčastěji dochází k jejímu zvětšení při opakovaných infekcích dýchacích cest. Dalšími příčinami mohou být vlivy prostředí (kouření v rodině, suchý vzduch v bytě, prašné prostředí...), nedostatečná životospráva (nedostatek pohybu a pobytu v přírodě), stravovací návyky a následná obezita (sladkosti, sycené chemicky upravené limonády atd..)

Jaké jsou příznaky zvětšené adenoidní vegetace (nosní mandle)?

Příznaky se v podstatě dají rozdělit do dvou hlavních skupin: nosní neprůchodnost a infekce. Při nosní neprůchodnosti dochází k dýchání ústy, nočnímu chrápání (děti nemají kvalitní spánek a přes den mohou být unavené, nepozorné, mrzuté atd..), hlučnosti a následně vlivem nesprávnému dýchání může dojít až k patologickému rozvoji hrudního koše, páteře a tvrdého patra.

Další skupinou příznaků jsou opakované infekce dýchacích cest: rýmy, záněty hltanu, dutin, středouší, průdušek. Rodiči často popisované jako trvalá rýma, dlouhotrvající kašle či zahlenění.

Vzácněji se objevuje i noční pomočování.

Jak bude probíhat vyšetření?

V první řadě dojde k pohovoru lékaře s rodiči, při němž lékař zjistí příznaky, které nasvědčují přítomnosti zvětšené adenoidní vegetace (nosní mandle). Poté lékař vysvětlí dítěti, přiměřeně jeho věku, co bude provádět. Není potřeba mít obavy, vyšetření je nebolestivé, ale vyžaduje spolupráci rodiče i dítěte. Vyšetření nosohltanu na našem pracovišti provádíme pomocí endoskopické techniky. Lékař zavede skrz nos či ústa do nosohltanu endoskopickou techniku, kdy jejím cílem je přesně zjistit velikost adenoidní vegetace (nosní mandle).

Byli jste objednáni k operaci, a co bude dál?

Nejprve společně vybereme termín k operaci. Dostanete od nás dokumenty k předoperačnímu vyšetření u pediatra (odběr krve a schválení výkonu v celkové anestezii). K hospitalizaci se dostavíte s předoperačním vyšetřením na objednaný termín, proběhne kontrolní vyšetření, vyplnění dokumentace, pohovor s ošetřujícím lékařem a anesteziologem. Je důležité, aby dítě bylo ponecháno od půlnoci lačné (nejíst, nepít, necucat bonbóny, nežvýkat žvýkačku) a u menších dětí raději nečistit ráno zuby (mohly by vypít vodu k výplachu).

Operace proběhne ten samý den. Pokud nenastanou komplikace, budete propuštěni do domácího ošetření ve večerních hodinách v tentýž den či v dopoledních hodinách následujícího dne. V průběhu pobytu má dítě právo na nepřetržitou přítomnost rodiče, popř. osoby určené zákonným zástupcem, pěstouna nebo jiné osoby, do jejíž péče byl pacient na základě rozhodnutí soudu nebo jiného orgánu svěřen. Do 6ti let věku dítěte je hospitalizace této osoby hrazena pojišťovnou.

Jak probíhá operace?

Na našem oddělení je adenotomie - prováděna výhradně v celkové anestezii pod stálou kontrolou endoskopické optiky, což minimalizuje riziko recidivy zbytnění adenoidní vegetace. Délka pobytu na operačním sále trvá cca 45 minut (uvedení do celkové anestezie, operace, probuzení). Poté je dítě přivezeno zpět na pokoj a dále sledováno.

Jak postupovat po propuštění do domácí péče?

Po adenotomii (odstranění adenoidní vegetace) je **doporučen týden pobytu mimo dětský kolektiv**, či **místa s větším množstvím lidí** a omezení fyzické aktivity. Rovněž se nedoporučuje pobyt na slunci a koupele v horké vodě. Strava je doporučována měkká, nedráždivá, ne horká (kaše, těstoviny, omáčky, polévky, pudinky). Nevhodné jsou tyčinky, brambůrky, topinky, oříšky, hranolky, řízek... Je vhodné podávat dostatečné množství tekutin. Nevhodnými nápoji jsou sycené limonády, džusy a horké nápoje. Rovněž je vhodné týden aplikovat do nosu nosní kapky 3 - 4 x denně (např.: Olynth, Nasivin..).

Při bolesti či zvýšené teplotě podat Paralen či Nurofen sirup.

Na kontrolu zdravotního stavu se dostavíte podle domluvy s ošetřujícím lékařem, přibližně po týdnu rekonvalescence.

Jakékoli další otázky vám rád zodpoví lékař při vyšetření a před operací.

Rehabilitace po adenotomii (odstranění adenoidní vegetace)

Operace přinese dítěti většinou značnou úlevu a obtíže vymizí. Často, ale po adenotomii přetrvává dýchání ústy („dítě je zvyklé“) a je **potřeba zahájit nácvik správného nosního dýchání** pomocí jednoduchých dechových cviků formou hry.

Dechová cvičení (příklady):

- **Foukání bublin do vody** - dítě posadíme ke stolu se sklenicí vody, do které vnoříme brčko. Dítě nadechuje nosem a vydechuje ústy brčkem do vody.
- **Nafukování balónku** (nafukovací hračky) - dítě provede nádech nosem a vydechuje ústy do balónku či hračky. Hračku či balónek tedy nafoukne.
- **Hra na dechové nástroje** - hra na flétnu, píšťalku, harmoniku...
- **Foukání nosem** - vyrobíme papírové koule či koule z alobalu. Dítě posadíme ke stolu, ústa zakryjeme dlaní a motivujeme dítě hrou, aby foukalo nosem do kuliček;Kdo dál...., na cíl...)

Při provádění těchto dechových cvičení je nutná trpělivost. Práce rodičů s dítětem se vyplatí a vede k postupnému vymizení obtíží.