



UNIVERSITÀ
DI TORINO

TIROIDECTOMIA

L'opuscolo per il rientro a domicilio

Opuscolo realizzato da:
Francesca Jans
Corso di Laurea in Infermieristica
Università degli Studi di Torino
Sede di Aosta
A.A. 2023/2024

Struttura Complessa Chirurgia Toracica, Senologica e Endocrinologica
Ospedale regionale di Aosta

INDICE

Recentemente hai fatto un intervento di tiroidectomia e noti che qualche cosa in te è cambiato? Potrebbe essere una complicanza! Sono qui per supportarti ed aiutarti



Insieme parleremo di:

03

ipotiroidismo

04

sanguinamento

05

infezione
della ferita

06

cicatrizzazione
ipertrofica

07

ipocalcemia

08

disfagia

09

dolore

10

chi
contattare



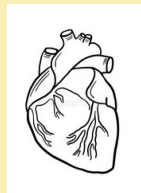
L'IPOTIROIDISMO

L'asportazione totale o parziale della tiroide comportano rispettivamente un'assenza o una riduzione di produzione di ormoni tiroidei (FT3 e FT4)

COME RICONOSCERLO?

I sintomi sono:

- stanchezza e sonnolenza che limitano le attività di vita quotidiana;
- indebolimento muscolare e disturbi articolari;
- tendenza ad assumere peso;
- intolleranza al freddo;
- bradicardia, ipotensione, cute pallida;
- perdita di capelli;
- stipsi;
- depressione e perdita di memoria;



COME GESTIRLO?

1) con i farmaci che necessari a mantenere i livelli ormonali nella norma. Vanno assunti **TUTTI** i giorni (preferibilmente al mattino) 30 minuti prima della colazione (a digiuno!!)

I maggiori effetti collaterali sono legati all'ipotiroidismo (vedi accanto) se il dosaggio è insufficiente o all'ipertiroidismo se il dosaggio è eccessivo (tachicardia, palpitazioni, tremore, vampate di calore, intolleranza al caldo, disturbi gastro-intestinali come diarrea o eccessivo dimagrimento, insonnia ecc)

E per ogni altro dubbio, consultate il libretto illustrativo del farmaco!



2) con una dieta ferrea che includa sale iodato e alimenti ricchi di iodio (pesci di mare, crostacei, latte, carna...). Da evitare alimenti che interferiscono con lo iodio (es frutti di mare, soia, cavoli, broccoli, rape...)



IL SANGUINAMENTO

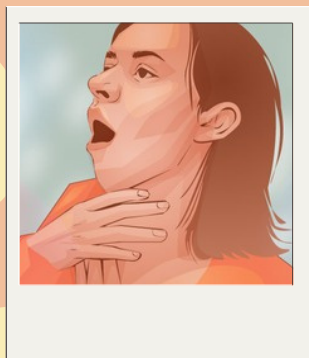
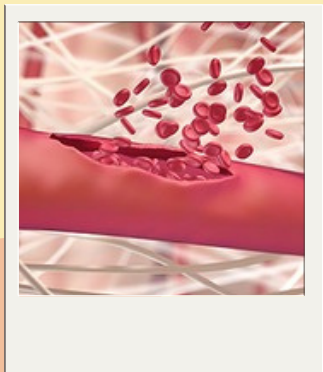


!ATTENZIONE! può provocare ostruzione delle vie aeree (soprattutto trachea) con conseguente insufficienza respiratoria fino all'asfissia

1 COME RICONOSCERE IL SANGUINAMENTO?

I sintomi sono:

- tachicardia, ipotensione, aumento dolore
- cute pallida, anomala sensazione di freddo o caldo
- agitazione psicomotoria



2 COME RICONOSCERE LA COMPRESSIONE RESPIRATORIA?

I sintomi sono:

- dispnea, tosse, stridore
- gonfiore cervicale
- senso oppressione al collo
- difficoltà a deglutire e cambiamento di voce



**APPENA SI NOTANO
QUESTI SINTOMI, RECARSI
IMMEDIATAMENTE IN
PRONTO SOCCORSO O
CHIAMARE IL 112!!**



L'INFEZIONE DELLA FERITA



COME PREVENIRLA?

Mantenere sempre la ferita asciutta. Si può fare la doccia, ma

- NO acqua bollente
- lavare e sciacquare a mano la zona della cicatrice
- asciugare poi l'area della ferita

In caso di prurito (che in genere scompare dopo 7- 10 giorni) evitare di sfregare la ferita con le dita.

Non intervenire sulla medicazione fino al controllo dopo una settimana dalla dimissione



lavaggio mani



corretta disinfezione



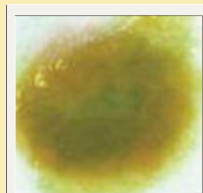
nuova medicazione

5 STEP PER UNA CORRETTA MEDICAZIONE

1. lavarsi le mani per circa 40 secondi
2. togliere la medicazione sporca delicatamente facendo attenzione ai punti
3. lavare nuovamente le mani
4. disinfettare la ferita con soluzione fisiologica (MAI BETADINE) con movimenti dal centro alla periferia usando ogni volta una garza pulita e lasciando asciugare per almeno 5 secondi.
5. Applicare nuova medicazione

COME RICONOSCERLA?

I sintomi sono: calore arrossamento, gonfiore, dolore, fuoriuscita di materiale di colore verde o giallastro e di densa consistenza + febbre



liquido infetto



LA CICATRIZZAZIONE IPERTROFICA

formazione cicatriziale arrossata, in rilievo



COME PREVENIRLA

1) Massaggi quotidiani per favorire l'elasticità cutanea e la vascolarizzazione. Da eseguire almeno 3 volte al giorno per dieci minuti, con tre serie di movimenti:

- movimenti di pressione leggera sulla ferita spostandola con le dita dai tessuti circostanti
- movimenti a grandi cerchi spostando la pelle sui tessuti
- movimenti verticali sulla ferita estendendola verso il mento

2) creme o gel al silicone per mantenerla morbida e ridurre il prurito. L'uso di creme o olio da massaggio è consigliata solo nelle fasi avanzate della cicatrizzazione



COSA EVITARE

- esposizione diretta alla luce del sole (solo nel caso, coprire la ferita con cerotti appositi)
- movimenti o sforzi eccessivi che possono determinare problemi di cicatrizzazione
- uso di collane o indumenti troppo stretti al livello del collo perchè possono irritare la ferita



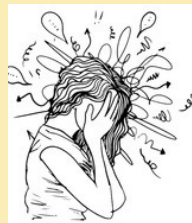
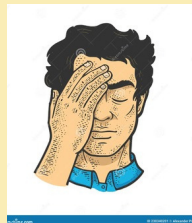
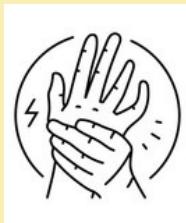
L' IPOCALCEMIA

riduzione della concentrazione di Calcio nel sangue.

COME RICONOSCERLA?

I sintomi sono:

- formicolii dita delle mani
- aumento eccitabilità muscolare con spasmi arti, volto, laringe fino ad interessamento cardiaco e crisi convulsive
- cefalea, astenia, dolore addominale, nausea e vomito
- bradicardia, aritmia, ipotensione
- debolezza e affaticamento
- ansia, irritabilità, confusione mentale
- a lungo termine può portare a: depressione, deficit memoria, pelle secca e pruriginosa



Dieta

con alimenti ricchi di Calcio e di Vitamina D:

- latte e latticini
- pesce azzurro e pesci grassi (es. salmone e tonno...)
- legumi
- cavolo nero
- noci, nocciole e mandorle



COME GESTIRLA?

Integratori farmacologici solo se prescritti

LA DISTAGIA

alterazione della deglutizione e della progressione del cibo dalla bocca allo stomaco.



COME GESTIRLA?

01

caratteristiche e pasto

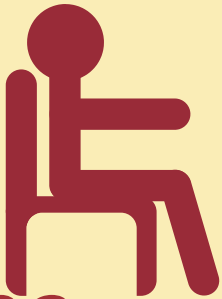


- Almeno 5 pasti al giorno per distribuire l'apporto nutrizionale nell'arco della giornata e garantire pasti BREVI e meno impegnativi
- Cibi semiliquidi o semisolidi (es. passato di verdura, purea, uova strapazzate...) a temperatura corporea. **DA EVITARE** cibi con doppia consistenza (es. minestra) e difficili da deglutire. Se problemi coi liquidi, aggiungere addensanti
- piccoli bocconi masticati lentamente e completamente.



02

esecuzione pasto



- posizione seduta con busto dritto e piedi ben poggiati a terra. Le posture che facilitano la deglutizione sono con il capo flesso in avanti o lateralmente
- ambiente tranquillo, silenzioso, ben illuminato senza situazioni che distraggano dal pasto (persone con cui parlare, TV ecc)
- rispettare i propri tempi del pasto
- al termine restare seduto per 15 min e poi adeguata igiene orale

03

altri consigli

- se prescritti farmaci per via orale, è consigliato tritarli ed assumerli con addensanti
- controllo peso e grado disidratazione
- riconoscimento precoce sintomi polmonite ab ingestis (da penetrazione di sostanze nelle vie respiratorie): tosse, dispnea, rigurgito, raucedine, tachicardia, febbre, malessere generale.



09 IL DOLORE

Come gestirlo in base alla localizzazione:

- se alla gola --> alimentarsi
- con cibi morbidi evitando cibi graffianti e/ o acidi
- se in sede cervico-nucale --> esercizi per collo e spalle

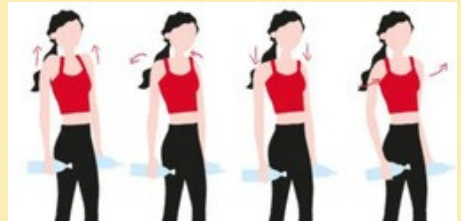
Esercizi per il collo

- dall'orecchio alla spalla --> inclina la testa da un lato fino a sentire come un allungamento
- lato a lato--> girare la testa oltre la spalla fino a sentire come un allungamento
- su e giù --> muovere lentamente il capo verso il petto

Eseguire ogni esercizio per almeno 3-5 secondi prima di cambiare lato. Ripetere ogni esercizio almeno 5-10 volte per ogni lato.



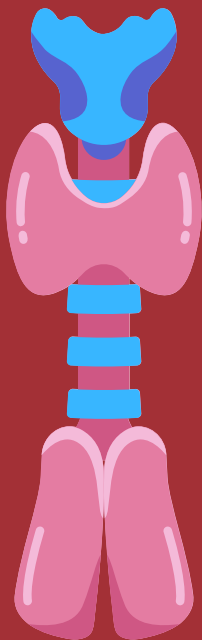
-
-



IMPORTANTE LA RIPRESA PROGRESSIVA DELLE ATTIVITA'

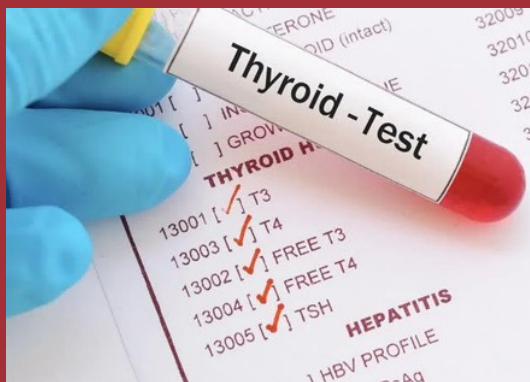
- prima settimana --> attività leggere (es. camminare...) per 15-30 minuti . Evitare sollevare pesi
- dalla seconda alla quarta settimana - -> ripresa normali attività e possibilità sollevare pesi fino a 5 kg. Evitare di stare in piedi troppo a lungo
- dalla quarta settimana --> ripresa di tutte le attività quotidiane





CHI CONTATTARE

ALLA DIMISSIONE, TI VERRANNO DATE INDICAZIONI PER LE VISITE E GLI ESAMI DEL SANGUE DI CONTROLLO SUCCESSIVI A CUI È FONDAMENTALE PARTECIPARVI!!



Per qualsiasi dubbio contattate il proprio medico di famiglia o direttamente la chirurgia toracica

0165 54 33 10

0165 54 34 00

