

Na ontslag

Chirurgie

Vandaag wordt u ontslagen uit het ziekenhuis. Wij hopen dat uw verblijf bij ons naar tevredenheid is verlopen. Middels deze folder willen wij u informeren over de gang van zaken omtrent het ontslag uit het ziekenhuis.

Denkt u bij het verlaten van uw kamer aan uw persoonlijke eigendommen (controleer het nachtkastje, de kledingkast en de koelkast)?

Bij het ontslag vindt een ontslaggesprek plaats met de verpleegkundige en zal hij/zij de informatie die in deze folder beschreven staat mondeling aan u toelichten. U ontvangt ook een aantal papieren, te weten:

- afsprakenkaart waarop u terug kunt vinden wanneer de poliklinische controle ingepland staat.
- een brief voor uw huisarts
- eventueel ontvangt u recepten voor uw apotheek

Omdat wij graag willen weten hoe het thuis met u gaat, zal een verpleegkundige 1 of 2 dagen na het ontslag telefonisch contact met u opnemen. Wij willen u vriendelijk verzoeken om bij problemen contact met ons op te nemen. Achter in deze folder vindt u de juiste telefoonnummers.

Algemene leefregels voor thuis Activiteit en mobiliteit

- u mag zich thuis, 48 uur na de operatie, gewoon douchen en wassen. Indien er nog een pleister op de wond zit, mag u deze zelf verwijderen, tenzij u van de verpleegkundige bij ontslag nadrukkelijk andere instructies heeft gekregen.
- baden, zwemmen en saunabezoek worden de eerste 2 weken ontraden.
- vermijd de eerste 6 weken zware inspanningen, zoals zwaar tillen en zware huishoudelijke taken. Dit is een te grote belasting voor de wond. Denk hierbij aan zware boodschappentassen, maar ook aan bijvoorbeeld het tillen van kinderen.
- lichte dagelijkse activiteiten zoals wandelen en fietsen zijn toegestaan, tenzij de arts/verpleegkundige u andere informatie geeft.
- de arts zal aangeven of u mag werken en sporten. Tijdens de eerste controle op de polikliniek kunt u dit opnieuw met de arts bespreken voor de periode daarna.
- of u mag autorijden is afhankelijk van de operatie die u heeft gehad. U kunt het beste bij uw verzekering navragen wanneer u weer mag autorijden. Het is uw eigen verantwoordelijkheid hier zorgvuldig mee om te gaan.

Wond

Indien u met een wond naar huis gaat gelden onderstaande instructies.

Instructie wondzorg

Ja / N.v.t*

Een operatiewond sluit over het algemeen vrij snel (de wond is na 24 uur bacteriedicht). Daarom is een pleister na 24 uur niet meer nodig, behalve als de wond nog wondvocht lekt.

Bij het sluiten van een wond wordt er gebruik gemaakt van verschillende soorten hechtmateriaal.

Bij u is het volgende van toepassing:

- u heeft niet-oplosbare hechtingen, deze moeten verwijderd worden op de polikliniek / bij uw huisarts
- u heeft oplosbare hechtingen
- uw hechtingen zijn al verwijderd tijdens de opname

Eventuele specifieke richtlijnen voor de wondverzorging:

Verbandmateriaal

Omdat u met een wond naar huis gaat is het soms noodzakelijk verbandmateriaal te bestellen om de wond thuis te kunnen verzorgen.

Er is voor u wel / geen verbandmateriaal besteld.

Dit wordt wel / niet thuisbezorgd op de eerst volgende werkdag.

Dit wordt geleverd door uw apotheek / Mediq CombiCare.

Wat betreft de vergoeding van kosten voor het verbandmateriaal geldt dat, indien de verwachting is dat de wond binnen 3 weken dicht is, dit niet vergoed wordt door de zorgverzekeraar. Als de verwachting is dat dit langer dan 3 weken duurt vergoedt de zorgverzekeraar deze kosten wel.

Op basis van uw huidige situatie ten tijde van het ontslag verwachten wij dat dit waarschijnlijk wel/niet vergoed wordt.

U ontvangt van de verpleegkundige voor uw ontslag instructies over hoe u de wond thuis moet verzorgen. Soms komt het voor dat er thuiszorg ingeschakeld wordt om de wondzorg in de thuissituatie te verzorgen. Leest u dan ook alstublieft onderstaande informatie.

Thuiszorg

Er is besloten voor u thuiszorg aan te vragen omdat de verwachting is dat u tijdelijk wat extra hulp nodig zult hebben na uw ontslag uit het ziekenhuis.

Thuiszorg geregeld

Ja / N.v.t.*

Eerste zorgmoment:.....

Thuiszorgorganisatie:.....

Richtlijnen inname van de pijnmedicatie

Ook in de dagen na uw ontslag is een goede pijnbestrijding noodzakelijk. De verpleegkundige zal aan u toelichten welke pijnmedicatie aan u is voorgeschreven in de thuissituatie. Wanneer u de medicatie ophaalt bij de apotheek krijgt u uitleg over de werking van de medicatie. Mocht u op een later moment alsnog meer informatie wensen over de werking van pijnmedicatie, dan kunt u terecht bij uw eigen apotheek.

De arts heeft voor u de volgende pijnmedicatie voorgeschreven:

- *Paracetamol*: 4 maal daags 2 tabletten van 500 mg.
Tijdstip van inname: 8.00 – 12.00 – 18.00 – 22.00 uur.
- *Diclofenac*: 3 maal daags 1 tablet van 50 mg.
Tijdstip van inname: 8.00 – 14.00 – 21.00 uur.
Gebruik naast Diclofenac ook 1 maal daags 20 mg *Omeprazol* om 8.00 uur. (Dit is een maagbeschermer)
- *Tramadol*: 3 maal daags 1 tablet van 50 mg.
Tijdstip van inname: 8.00 – 14.00 – 21.00 uur.
- *Oxycontin*: 2 maal daags 1 tablet van 5 / 10 mg.
Tijdstip van inname: 8.00 – 21.00
- *Oxycodon smelttablet*: 4-6 maal daags 1 tablet van 5 mg. Tijdstip van inname: op indicatie, tenminste 4 uur tussen inname.
- Gebruik naast *Oxycodon* of *Oxycontin* ook laxans volgens het voorschrift van uw arts.

Als uw arts *Oxycodon* of *Oxycontin* heeft voorgeschreven ontvangt u tevens een recept voor laxans omdat uw anders mogelijk last kunt krijgen van verstopping van uw darmen.

U mag zelf de inname van pijnmedicatie afbouwen op geleide van uw pijnklachten. Voor het afbouwen van pijnmedicatie geldt een afbouwschema. Als u *Oxycodon* of *Oxycontin* slikt bouwt u deze als eerste af. Daarna bouwt u de *Diclofenac* af en als laatste stopt u met de *Paracetamol*.

Overige richtlijnen voor medicatie

Medicatie besteld voor thuis Ja / Nee*

Uw medicatie ligt klaar bij de Vallei Apotheek
in het ziekenhuis Ja/ Nee*

Uw medicatie wordt aan uw bed bezorgd door
de Vallei Apotheek Ja/ Nee*

Uw medicatie wordt verstrekt door de
betreffende zorginstelling waar u verblijft Ja/ Nee*

Uw medicatie wordt verzorgd door uw eigen
apotheek Ja/ Nee*

Bezorgen / ophalen*na 16.30 uur

Indien u bloedverdunnende medicatie gebruikt is het belangrijk dat u onderstaande informatie goed doorleest.

Antistolling

U staat onder controle bij de trombosedienst. Daarvoor gelden onderstaande afspraken:

Trombosedienst

Ja / N.v.t*

Zo ja, u krijgt een schema met verdere informatie over doseringen van de verpleegkundige.

Datum eerstvolgende controle door de trombosedienst:

Fraxiparine

Ja / N.v.t*

Zo ja, duur: weken of in overleg met de trombosedienst

Nacontrole

Doorgaans ontvangt u van de verpleegkundige bij ontslag een afspraak voor de eerstvolgende poliklinische nacontrole. De afspraak is meestal bij de arts die u ook geopereerd heeft. Soms komt het voor dat wij u vragen zelf een afspraak te maken bij de polikliniek (omdat u bijvoorbeeld laat in de avond of in het weekend ontslagen wordt en de polikliniek op dat moment gesloten is). Als dat het geval is ontvangt u van de verpleegkundige instructies over hoe u zelf een afspraak kunt maken voor de poliklinische controle. Doe dit het liefst direct de volgende werkdag binnen kantoortijden. U kunt hiervoor contact opnemen met de Patiëntenservice, bereikbaar op werkdagen van 08.30-17.00 uur via (0318) 43 43 45.

Herstel

Wij hopen dat u een spoedig herstel heeft. Vaak voelt u zelf het beste aan wat u wel en niet kunt. Het herstel duurt enige tijd. Afhankelijk van welke operatie u heeft gehad kan vooral vermoeidheid nog 6 tot 12 weken een rol spelen.

Contact bij klachten/problemen

Wij willen u vriendelijk verzoeken om bij problemen contact met ons op te nemen. Als u de situatie niet vertrouwt of er doen zich onderstaande problemen voor:

- koorts hoger dan 38,5 graden
- ontstekingsverschijnselen van de wond (toename lekkage, roodheid van de huid)
- toenemende pijn
- aanhoudende misselijkheid, waardoor u niet kunt eten en drinken
- aanhoudende diarree, wat niet bij het ziektebeeld past
- een aantal dagen geen ontlasting gehad, waarbij u zich ziek en/of misselijk voelt

U kunt op werkdagen tussen 8.30 - 17.00 uur bellen naar de patiëntenservice via (0318) 43 43 45. Zij zullen u dan doorverbinden met de juiste polikliniek.

Buiten kantoor tijden en in het weekend kunt u bellen met de spoedeisende hulp, (0318) 43 58 05.

Vragen

Wanneer u na het lezen van deze folder nog vragen hebt, stel deze dan aan de verpleegkundige van de afdeling. Heeft u opmerkingen of suggesties om onze zorg te verbeteren dan horen wij dat ook graag van u.

