

Ontslag na een borstoperatie

Vandaag wordt u ontslagen uit het ziekenhuis na het ondergaan van een borstoperatie. In deze folder staat nuttige informatie over uw herstel thuis.

Contact

Wij willen graag weten hoe het thuis met u gaat, daarom belt een verpleegkundige van de dagbehandeling u 1 dag na het ontslag op. Als uw ontslag in het weekend valt, wordt u op maandag gebeld.

U kunt ons 24 uur per dag bereiken bij vragen en/of problemen. Bel 's avonds en 's nachts alleen voor vragen en/of problemen die niet kunnen wachten tot de volgende dag.

Bereikbaarheid/aanspreekpunt

De verpleegkundig consulent mammacare is telefonisch bereikbaar op werkdagen tussen 9:00 en 9:30 uur op:
(0318) 43 57 40

Buiten kantoor tijden en in het weekend:
afdeling chirurgie oncologie (0318) 43 58 29

U mag ons altijd mailen op mamacare@zgv.nl

De zorgcoördinator is bereikbaar op werkdagen tussen 09.00 en 12.00 uur op (0318) 43 53 45

Tussen 12.00 en 17.00 uur is de zorgcoördinator alleen bereikbaar voor spoedeisende zaken.

Leefregels

Algemeen

- U mag zich thuis, 24 uur na de operatie, gewoon douchen en wassen. De pleister mag u verwijderen, tenzij de verpleegkundige anders heeft verteld.
- Baden, zwemmen en saunabezoek worden de eerste twee weken ontraden.
- Belangrijk is dat er niet teveel spanning op de wond van de borst komt te staan. Dit is niet goed voor de wondgenezing. Maakt u geen bewegingen die de borstspier (te) zwaar belasten, zoals zwaar tillen van spullen, een kind of zware boodschappen. Vermijd zwaar huishoudelijk werk zoals stofzuigen, dweilen en ramen zemen.
- Bovengenoemde adviezen gelden voor 2 weken. Werken en sporten gaan in overleg met de arts/specialist. Bespreek dit met uw arts tijdens de controleafspraak.
- Vraag bij uw verzekering na wanneer u weer mag autorijden. Dit is afhankelijk van de operatie die u heeft ondergaan. Daarna is het uw eigen verantwoordelijkheid, afhankelijk van uw situatie.

Wond

Een operatiewond sluit over het algemeen vrij snel (de wond is na 24 uur bacteriedicht). Het (druk)verband wordt meestal de dag na de operatie verwijderd. U verwijdert zelf de volgende dag de pleister en/of het drukverband. Als de wond niet meer lekt, is het niet nodig opnieuw een pleister te plakken.

Eventueel kunt u bij de drogist of apotheek pleisters kopen.

De wond wordt vaak onderhuids gehecht. Deze hechtingen zijn oplosbaar en hoeven niet verwijderd te worden. Soms zijn over de wond smalle pleister aangebracht (steristrips). Deze kunt u laten zitten totdat ze er vanzelf afvallen. U kunt hier gewoon mee douchen.

Na ongeveer een jaar bereikt het litteken zijn definitieve vorm en kleur. De huid rond het litteken wordt steeds soepeler en gladder.

Seroomvorming

Er kan zich na de operatie in het wondgebied in de borst en/of oksel wondvocht (seroom) ophopen. Dit voelt aan als een zwelling. Als de zwelling klachten veroorzaakt zoals pijn of als u hierdoor moeite krijgt met bewegen of slapen, kan het wondvocht met behulp van een naald worden weggezogen. Dit is niet pijnlijk. U kunt hiervoor tijdens kantooruren een afspraak maken via de polikliniek Mammacare.

Wondvocht is niet hetzelfde als lymfoedeem. Het is een ander soort vocht. Ook geeft de aanwezigheid van wondvocht geen verhoogde kans op lymfoedeem.

Richtlijnen inname van de pijnmedicatie

Hieronder staan de verschillende soorten pijnmedicatie die voorgeschreven kunnen worden. Afhankelijk van de door de verpleegkundige aangekruiste medicijnen houdt u onderstaand schema aan.

- 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 – 15.00 – 22.00 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 -15.00 – 22.00 uur

Wanneer u het idee heeft dat de pijn minder wordt, begint u eerst met het afbouwen van de Tramadol, dan de diclofenac en als laatste stopt u met de Paracetamol.

Overige richtlijnen voor medicatie

Herstel

Het herstel duurt enige tijd. Dit kan variëren van vier tot acht weken. Vertrouwt u de situatie niet of heeft u problemen, neem dan contact op met het ziekenhuis. Voorbeelden zijn:

- koorts hoger dan 38,5 graden
- ontstekingsverschijnselen van de wond (toename lekkage, roodheid van de huid)
- nabloeden van de wond
- pusverlies uit de wond
- toenemende pijn
- als er veel onderhuids wondvocht (seroom) is, wat een strak, gespannen gevoel geeft