

Na ontslag

Chirurgie

Vandaag wordt u ontslagen uit het ziekenhuis van één van de chirurgische afdelingen. Omdat wij graag willen weten hoe het thuis met u gaat, belt een verpleegkundige u één of twee dagen na uw ontslag. Als dit op vrijdag of in het weekend valt, wordt u na het weekend gebeld.

Activiteit en mobiliteit

- U mag zich thuis, 48 uur na de operatie, gewoon douchen en wassen. De pleister mag dan af, tenzij de verpleegkundige u anders heeft verteld.
- 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.
- Werken en sporten gaan in overleg met de arts/specialist. Dit kunt u tijdens de controleafspraak bespreken.
- Vraag bij uw verzekering na wanneer u weer mag autorijden. Dit is afhankelijk van de operatie die u heeft gehad. Daarna is het uw eigen verantwoordelijkheid, afhankelijk van uw situatie.
- U mag als volgt bewegen: onbelast / % belast / volledig belast.

Eventuele specifieke richtlijnen:

Wond

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 niet meer nodig, behalve als de wond nog draagt.

Er wordt 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

Er is wel / geen verbandmateriaal besteld voor u. Dit wordt wel / niet thuisbezorgd de eerst volgende werkdag. Dit wordt geleverd door uw apotheek / Mediq CombiCare.

Dit wordt waarschijnlijk wel / niet vergoed door uw verzekeraar. Als uw wond binnen 3 weken dicht is, wordt dit niet vergoed. Als het langer dan 3 weken duurt wel.

Thuiszorg

Thuiszorg geregeld

Ja / N.v.t*

Eerste zorgmoment:.....

Thuiszorgorganisatie:.....

Richtlijnen inname van de pijnmedicatie

Hieronder staan de verschillende soorten pijnmedicatie die voor-geschreven kunnen worden. De apotheek geeft u hierover uitleg.

- *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.

Wanneer u het idee heeft dat de pijn minder wordt, begint u eerst met het afbouwen van de *Oxycontin* of *Tramadol*. Vervolgens vermindert u de inname van *Diclofenac*. 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
apothek Ja/ Nee*

Bezorgen / ophalen*na 16.30 uur

Antistolling

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

Herstel

U kunt zelf het beste aanvoelen wat u wel en niet kunt. Het herstel duurt enige tijd. Vooral vermoeidheid kan nog zes tot twaalf weken een rol spelen afhankelijk van welke operatie u heeft gehad.

Contact

Neem contact op als u de situatie niet vertrouwt of heeft u problemen zoals bijvoorbeeld:

- 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 08.30 - 17.00 uur bellen naar polikliniek chirurgie, (0318) 43 52 00.

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