

Naar huis

Na opname op de afdeling Kort
Verblijf

U heeft in Ziekenhuis Gelderse Vallei een ingreep ondergaan. Daarbij verbleef u op de afdeling Kort Verblijf. In deze folder kunt u instructies lezen die belangrijk zijn als u naar huis gaat.

Ontslag

Het tijdstip van ontslag is tussen 9.30 - 10.00 uur. In een enkel geval kan hier, in overleg met de verpleegkundige, van afgeweken worden. Wanneer u op het moment van vertrek nog vragen heeft of afscheid wilt nemen van de medewerkers dan verzoeken wij u om naar onze teampost te komen.

Herstel na ontslag

Mobiliteit en activiteit

- U kunt zelf het beste aanvoelen wat u wel en niet kunt. Het herstel duurt enige tijd.
- U mag zich thuis gewoon douchen en wassen. Baden, zwemmen en saunabezoek worden de eerste twee weken ontraden.
- Vermijd de eerste zes weken zware inspanningen zoals zwaar tillen en zware huishoudelijke taken. Dit is een te grote belasting voor de wond.
- Lichte dagelijkse activiteiten zoals wandelen is toegestaan, tenzij de verpleegkundige u andere informatie geeft.
- Werken en sporten gaat in overleg met de arts/specialist. Dit kunt u tijdens de opname of op de polikliniek bespreken.
- Autorijden is de eerste 24 uur na de operatie niet toegestaan.

Wond

Een operatiewond sluit zich over het algemeen vrij snel, daarom is een pleister bij ontslag meestal niet meer nodig. Voor mensen met een open wond gelden andere richtlijnen. Deze worden voor ontslag met u besproken.

Er wordt gebruik gemaakt van verschillende soorten hechtmaterialen. Bij u is het volgende van toepassing:

u heeft oplosbare hechtingen

uw hechtingen zijn al verwijderd tijdens de opname

u heeft niet-oplosbare hechtingen, deze moeten op de polikliniek verwijderd worden.

u heeft geen hechtingen

Medicatie

U kunt uw eigen medicijnen weer gebruiken na ontslag, tenzij de arts iets anders met u heeft afgesproken.

Richtlijnen inname van de pijnmedicatie thuis

Hieronder staan de verschillende medicijnen 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 – 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.

Wanneer u het idee heeft dat de pijn minder wordt, begint u met het afbouwen van de pijnmedicatie. Gebruikt u Tramadol, dan stopt u daar als eerste mee. Vervolgens stopt u met de Diclofenac en de Omeprazol. Als laatste stopt u met de paracetamol.

Calamiteiten of problemen

Wanneer u de situatie niet vertrouwd of er zijn problemen zoals bijvoorbeeld:

- ontstekingsverschijnselen van de wond (toename lekkage, roodheid)
- toenemende pijn
- temperatuurverhoging > 38 graden Celsius
- andere klachten die te maken zouden kunnen hebben met uw opname of operatie neem dan contact op met het ziekenhuis (zie telefoonnummers pagina 6). Deze telefoonnummers kunt u gebruiken tot de nacontrole op de polikliniek

Voor overige klachten kunt u contact opnemen met uw huisarts. Mocht het nodig zijn een arts te bezoeken dan kunt u de ontslagbrief die u heeft meegekregen aan deze arts afgeven zodat hij/zij op de hoogte is van de ingreep die u heeft ondergaan.

Telefoonnummers specialisten

Gynaecologie

tijdens kantooruren	(0318) 43 51 50
buiten kantooruren	(0318) 43 47 50
of dienstdoende arts-assistent via	(0318) 43 43 43

Urologie

tijdens kantooruren (0318) 43 51 00
buiten kantooruren (0318) 43 37 00

Orthopedie

tijdens kantooruren (0318) 43 46 64
buiten kantooruren (0318) 43 46 64

Fysiotherapie (0318) 43 38 30

Mond-, kaak- en aangezichtschirurgie

tijdens kantooruren (0318) 43 51 40
buiten kantooruren (0318) 43 43 43

Anesthesie

tijdens kantooruren (0318) 43 51 02
buiten kantooruren (0318) 43 43 43
u vraagt dan naar de dienstdoende anesthesist.

Plastische chirurgie

tijdens kantooruren (0318) 43 52 70
voor spoed (0318) 43 58 68
buiten kantooruren (0318) 43 37 00

Chirurgie

tijdens kantooruren (0318) 43 52 00
voor spoed (0318) 43 37 00
buiten kantooruren (0318) 43 37 00

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.

Met vriendelijke groet, Het team van C2 kort verblijf