

---

Kort Verblijf Afdeling  
Verpleegafdeling A2

---



Patiënteninformatie

---

Weer naar huis na een  
operatie aan been, knie of  
voet

---



Slingeland Ziekenhuis

## **Algemeen**

Binnenkort mag u naar huis. De verpleegkundige heeft u adviezen gegeven over wat u kunt doen om verder te herstellen. In deze folder vindt u informatie over uw vertrek uit het ziekenhuis en kunt u de adviezen nalezen.

## **Ontslaggesprek**

De verpleegkundige van de afdeling voert een ontslaggesprek met u. Hij/zij bespreekt met u uw vertrek uit het ziekenhuis, de controle en/of nabehandeling, de nawerking van anesthesie, de algemene leefregels en speciale instructies.

## **Uw vertrek uit het ziekenhuis**

### *Nazorg*

Tijdens uw opname in het ziekenhuis is met u besproken of u na uw ontslag uit het ziekenhuis nog zorg nodig heeft. Mogelijk gaat u voor tijdelijke opvang naar een verzorgings-, verpleeghuis of revalidatiecentrum. Indien nodig, is er hulp voor thuis geregeld. Eventuele hulpmiddelen zijn verkrijgbaar bij de thuiszorgwinkel.

### *Vervoer*

De verpleegkundige bespreekt met u hoe u naar huis, verzorgings- of verpleeghuis gaat. Uw familie of een kennis kan u ophalen. Als het op medisch advies noodzakelijk is dat u liggend vervoer nodig heeft, regelt de verpleegkundige dat u met een ambulance naar uw adres wordt gebracht.

### *Medicijnen*

Voor nieuwe medicijnen krijgt u een recept mee. U kunt de medicijnen ophalen bij uw eigen apotheek of bij apotheek Oude IJssel. Deze apotheek bevindt zich in het ziekenhuis (in het TEC-gebouw, boven de huisartsenpost).

## **Controle en/of nabehandeling**

De arts heeft met u gesproken over een eventuele controle of nabehandeling. Voor de controle wordt een afspraak gemaakt op de polikliniek. De verpleegkundige bespreekt met u welke afspraken voor u gemaakt zijn.

## **Nawerking anesthesie**

Afhankelijk van het soort verdoving kunnen de volgende nawerkingen optreden:

### *Narcose*

Wanneer u onder narcose bent behandeld, kan het voorkomen dat u zich enige tijd na uw ontslag nog niet helemaal fit voelt. U kunt wat keelpijn hebben. Dat komt omdat u tijdens de narcose bent beademd door middel van een buis in uw keel. Het kan ook voorkomen dat u last van spierpijn hebt.

### *Ruggenprik*

Wanneer u een ruggenprik hebt gekregen, kunt u last hebben van rugpijn. Dit heeft te maken met uw houding tijdens de operatie. De rugpijn verdwijnt meestal binnen enkele dagen. U kunt ook last van hoofdpijn hebben. Neem wat meer rust. Als u plat op bed gaat liggen, kan dat de hoofdpijn verminderen. Deze klachten verdwijnen binnen een week.

### *Plaatselijke verdoving*

Bij plaatselijke verdoving kunt u last houden van tintelingen in uw been, knie of voet. Deze tintelingen verdwijnen in de loop van weken tot maanden vanzelf.

### *Blokverdoving*

Wanneer u een blokverdoving heeft gehad, kan het even duren voordat de verdoving is uitgewerkt. Dit hangt af van of er gebruik is gemaakt van kortwerkende of langwerkende middelen:

- Indien er gebruik is gemaakt van **kortwerkende middelen**, begint de verdoving na 3 uur uit te werken. Het pijnstillende effect kan tot 8 uur na de operatie aan blijven houden.

- Indien er gebruik is gemaakt van **langwerkende middelen**, begint de verdoving na 6 tot 8 uur uit te werken. Het pijnstillende effect kan tot 24 uur na de operatie aan blijven houden. In zeldzame gevallen zelfs iets langer.
- Soms wordt er gebruik gemaakt van **een combinatie** van kortwerkende en langwerkende middelen. Het kan dus zijn dat een gedeelte van het been langer verdoofd blijft ten opzichte van de rest van het been.

Adviezen na een blokverdoving:

- Zolang de zenuwen nog wat verdoofd zijn, zijn ook de beschermende reflexen verminderd. Wees dus extra voorzichtig met waar u uw been neerlegt. Hitte en kou kunnen brandwonden veroorzaken.
- Langdurig op één plek liggen kan drukplekken veroorzaken. Wissel daarom regelmatig van houding.
- Begin zodra het gevoel terugkomt weer met het innemen van pijnstillers. Wacht hier niet te lang mee. Het is makkelijker om de pijn weg te houden dan de pijn weg te krijgen.

Indien u na 24 – 48 uur merkt dat de blokverdoving niet uitwerkt, neem dan contact op met het secretariaat van het pre-operatief spreekuur. Het telefoonnummer is (0314) 32 97 80. Zij zijn van maandag tot en met vrijdag van 08.30 tot 16.30 uur bereikbaar.

In het weekend kunt u in de ochtend contact met opnemen met de anesthesioloog via de afdeling Intensive Care, telefoonnummer: 0314 32 99 11. In het weekend kan het langer duren voordat u wordt teruggebeld.

## Algemene leefregels

### *Voeding*

U dient voorzichtig te zijn met zware maaltijden, vooral als u onder volledige narcose bent behandeld. Eet regelmatig kleine hoeveelheden licht verteerbaar voedsel en drink voldoende.

### *Roken*

Roken, vooral kort na een operatie, veroorzaakt vaak klachten van duizeligheid, misselijkheid en braken.

### *Alcohol*

Het is beter de eerste week na uw operatie geen alcohol te gebruiken.

### *Activiteiten*

Houdt u er rekening mee dat een operatie, ook als deze in dagbehandeling is uitgevoerd, invloed heeft op uw lichamelijke conditie. Adviezen:

- Zorgt u voor voldoende rust en neem de tijd om te herstellen.
- Wij raden u af de eerste dagen na de operatie auto te rijden en zware machines te bedienen.
- U bepaalt, in overleg met uw bedrijfsarts, wanneer u weer kunt gaan werken, tenzij uw specialist u hierover nadrukkelijk heeft geadviseerd.

### *Medicijnen*

Als u medicijnen gebruikt, is het belangrijk dat u de voorschriften in de bijsluiter opvolgt. De werking van medicijnen is doorgaans beter als u zich aan deze voorschriften houdt.

Als u diabetes mellitus heeft, kan het zijn dat uw diabetesregulatie verandert door de ingreep. Vooral als uw activiteiten of voedingsgewoonten (tijdelijk) veranderen. Handel als volgt:

- Bij gebruik van tabletten mag u het gebruik voortzetten zoals is voorgeschreven.
- Bij gebruik van insuline kunt u door middel van zelfcontrole en zelfregulatie uw diabetes regelen.

Heeft u vragen en bent u bij uw huisarts onder controle voor uw diabetes, dan kunt u contact opnemen met uw huisarts. Bent u onder controle bij de internist en heeft u vragen, dan kunt u bellen met de diabetesverpleegkundige, tel. (0314) 32 96 69.

## Speciale instructies

### *Mobiliteit/activiteit*

Wij adviseren u om niet te:

- Fietsen
- Belasten uw been/voet
- Autorijden
- Sporten
- Zwemmen
- Anders .....

Wij adviseren u om te:

- Lopen met krukken
- Lopen met gestrekt been

### *Wondverzorging*

- Drukverband af na .....
- Hechtingen worden verwijderd
- Oplosbare hechtingen
- Anders .....

### *Hulp- en verbandmiddelen*

- Krukken
- Spalk
- Tubigrip
- Pleisters
- Anders .....

### *Voeding*

- Normaal
- Zacht/licht verteerbaar
- Anders .....

### *Speciale maatregelen*

- Oefeningen volgens instructie
- Been hoog houden
- Bij pijn en/of zwelling koelen met ijs (legt u wel iets tussen het ijs en uw huid, bijvoorbeeld een theedoek)
- Anders. ....

### *Lichamelijke hygiëne*

- Douchen ja/nee/mits .....
- Wond afdekken tijdens het douchen
- Na douchen pleister verschonen
- Anders .....

### *Medicijnen*

- Paracetamol 500 mg 4 x daags 1 à 2 tabletten
- Antibiotica
- Antistolling
- Anders .....

### **Complicaties na uw opname**

Mochten zich complicaties voordoen wanneer u weer thuis bent, bijvoorbeeld koorts, zwelling of roodheid van de wond, hevig bloedverlies of erge pijn, dan kunt u contact opnemen met uw huisarts. Uw huisarts is op de hoogte van uw situatie. Indien nodig overlegt de huisarts met de specialist in het ziekenhuis. Buiten kantoor tijden en in het weekend belt u met uw huisartsenpost.

### **Uw mening telt**

Het is voor ons belangrijk om te weten hoe u onze zorgverlening heeft ervaren. Op deze manier kunnen wij de kwaliteit blijven verbeteren. Regelmatig sturen wij patiënten thuis een vragenlijst toe waarin wij vragen naar hun mening over onze zorgverlening. U ontvangt deze vragenlijst wanneer u een e-mailadres heeft laten registreren bij de balie of in Mijn Slingeland. Daarnaast kunt u uw mening kwijt op het suggestieformulier 'Bent u tevreden? Kan het beter? Uw mening telt!'. Het suggestieformulier is verkrijgbaar op verpleegafdelingen en poliklinieken. Op de website [www.slingeland.nl](http://www.slingeland.nl) kunt u een digitaal suggestieformulier invullen (ga naar Patiënt > Praktische zaken > Klacht of suggestie).

Wanneer u een klacht heeft, kunt u de folder 'Een klacht' raadplegen.

### **Hoe gaan wij met uw vertrouwelijke gegevens om?**

Zodra u zich meldt in het ziekenhuis, leggen wij persoonlijke gegevens over u digitaal vast. Die gegevens zijn geheim. Alleen de arts die u behandelt, de zorgverleners die bij uw behandeling betrokken zijn en uzelf mogen uw gegevens inzien. Het ziekenhuis is verplicht om de kwaliteit van zorg te bewaken en verbeteren. Daarom kan het nodig zijn om gegevens te verstrekken aan personen binnen of buiten het ziekenhuis. Het verstrekken van gegevens is aan wettelijke regels gebonden (zie het 'Privacyreglement Patiënten', vraag ernaar bij uw zorgverlener).

Wanneer zorgverleners van verschillende zorginstanties samenwerken bij uw behandeling, noemt men dit ketenzorg. Als het voor een goede behandeling of verzorging noodzakelijk is dat de zorgverleners uit de keten toegang hebben tot uw patiëntgegevens, dan is dit toegestaan. Dit is echter alleen toegestaan als u van tevoren duidelijk bent geïnformeerd over welke hulpverleners van welke zorginstanties deel uitmaken van deze keten en u hier geen bezwaar tegen heeft.

Daarnaast kunnen uw huisarts, de huisartsenpost en uw apotheker een samenvatting van uw medische gegevens inzien bij spoedeisende zorg buiten praktijken. Meer informatie kunt u lezen in de folder 'Uw rechten en plichten als patiënt'. Deze folder kunt u raadplegen op [www.slingeland.nl](http://www.slingeland.nl).

---

Slingeland Ziekenhuis  
Kruisbergseweg 25

Postadres:  
Postbus 169  
7000 AD Doetinchem

Telefoon: (0314) 32 99 11  
Internet: [www.slingeland.nl](http://www.slingeland.nl)