
Verpleegafdeling N2



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 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. Meer informatie over zorg na een ziekenhuisopname, vindt u in de folders 'Zorg aan huis na een ziekenhuisopname', 'Opname in een zorginstelling na een ziekenhuisverblijf' en 'Wat regelt u zelf na een ziekenhuisopname'. Deze folders zijn aanwezig op de verpleegafdeling.

Medicijnen

Een apothekersassistent of verpleegkundige bespreekt met u wat er verandert in uw medicijngebruik: welke medicijnen zijn nieuw en met welke medicijnen kunt u stoppen. Voor nieuwe medicijnen wordt het recept doorgegeven aan uw eigen apotheek of aan apotheek Oude IJssel of het recept wordt aan u meegegeven. Apotheek Oude IJssel bevindt zich in het ziekenhuis (in het TEC-gebouw, boven de huisartsenpost). Een actueel medicatieoverzicht kunt u altijd opvragen bij uw eigen apotheek.

Vervoer

Uw familie of een kennis kan u ophalen als u weer naar huis mag. U kunt ook een taxi nemen.

Overdracht aan huisarts

Uw behandelend arts brengt uw huisarts op de hoogte van uw behandeling en nazorg.

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.

Bijvoorbeeld:

- *Vervolgonderzoek*

Als een vervolgonderzoek is afgesproken, zal de verpleegkundige u hierover voorlichting geven.

- *Afspraak verpleegkundig consulent*

Mogelijk is tijdens uw ziekenhuisopname een gespecialiseerd verpleegkundige bij u geweest, bijvoorbeeld de diabetesverpleegkundige. Indien van toepassing is er een vervolgfafspraak voor u gemaakt op de polikliniek.

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. Deze tintelingen verdwijnen in de loop van weken tot maanden vanzelf.

Blokverdooving

Wanneer u een blokverdooving heeft gehad, kan het even duren voordat de verdooving 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 verdooving 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 verdooving 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 blokverdooving:

- 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.
- Uw kracht kan verminderd zijn. Pak daarom geen zware of gevaarlijke voorwerpen op, zoals een mes of hete thee.
- 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 blokverdooving 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 diabe-

tes, 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.

Dieet

Als een diëtist u tijdens uw ziekenhuisopname een advies heeft gegeven over een dieet, krijgt u dit advies schriftelijk mee bij uw vertrek uit het ziekenhuis.

Speciale instructies

Mobiliteit/activiteit

Wij adviseren u om:

- niet te fietsen
- uw been/voet niet te belasten
- geen auto te rijden
- niet te sporten
- niet te zwemmen
- geen sauna te bezoeken
- anders

Overleg met uw arts wanneer u deze activiteiten weer mag uitvoeren.

Wij adviseren u om te:

- lopen met krukken
- lopen met gestrekt been

Wondverzorging

- Pleister verschonen na douchen
- Drukverband af na
- Hechtingen worden verwijderd door
- Hechtingen lossen vanzelf op
- Anders

Hulp- en verbandmiddelen

- Krukken/looprek
- 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 ijspakkingen (leg altijd een doek tussen de huid en het ijs)
- Anders

Lichamelijke hygiëne

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

Medicijnen

- Zo nodig paracetamol 500 mg (4 x daags 1 à 2 tabletten of zetpillen)
- Antibiotica
- Antistolling
- Anders

Problemen of vragen na uw opname

Neem bij problemen of vragen na uw opname in het ziekenhuis contact op met uw huisarts. Uw huisarts is op de hoogte van uw situatie. Indien nodig overlegt de huisarts met de specialist in het ziekenhuis. Buiten kantoortijden en in het weekend kunt u de huisartsenpost bellen.

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 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, wat zijn de mogelijkheden' raadplegen. Deze folder is verkrijgbaar op verpleegafdelingen en poliklinieken. Op onze website www.slingeland.nl kunt u de folder ook downloaden.

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.

Slingeland Ziekenhuis
Kruisbergseweg 25

Postadres:
Postbus 169
7000 AD Doetinchem

Telefoon: (0314) 32 99 11
Internet: www.slingeland.nl