

Adviezen voor thuis na een operatie

(postoperatieve adviezen)

Inleiding

Bij uw ontslag uit ons ziekenhuis heeft u samen met de verpleegkundige van het Dagbehandelcentrum (DBC) besproken wat u thuis wel en niet mag doen. Hieronder staat alles nog eens op papier. Als bepaalde informatie voor u niet duidelijk is, kunt u altijd contact opnemen met het specialisme waar u onder behandeling bent. Bel hiervoor via het centrale telefoonnummer: 0182-50 50 50. Een medewerker verbindt u vervolgens door met de juiste afdeling.

Let op!

Bel bij acute problemen buiten kantoortijden met de afdeling Spoed Eisende Hulp van het Groene Hart Ziekenhuis, telefoonnummer: (0182) 50 53 27.

Leefregels

Het is belangrijk dat u het de komende dagen rustig aan doet en dat u onderstaande leefregels volgt. Op deze manier herstelt u beter van uw operatie. De kans dat u complicaties krijgt, is bovendien kleiner.

Wondverzorging

Verband/pleisters:

- Verwijderen na 24 uur
- Verwijderen na 48 uur
- Laten zitten tot polibezoek
-

Wond:

- 24 uur droog houden
- 48 uur droog houden
- Droog houden tot polibezoek (douchezak om)
- 2 keer per dag spoelen met behulp van een douchekop, na ontlasting extra spoelen
- Draag een strakke onderbroek
- Zolang u vaginaal bloedverlies hebt, mag u geen tampons gebruiken, niet in bad, zwemmen en geen geslachtsgemeenschap hebben in verband met infectiegevaar
-

Hechtingen:

- Hechtingen lossen vanzelf op
- Hechtingen verwijderen na dagen op poli/bij uw huisarts
- Hechtpleisters verwijderen na 7 tot 10 dagen
-

Beweging:

- Geen beperkingen
- Belasten op geleide van uw klachten
- Onbelast mobiliseren met behulp van krukken
- Mitella/sling/schouderimmobilizer voor dagen/weken.
- Arm/hand zelf hoog houden, eventueel op een kussentje leggen
- Vingers goed bewegen
- Niet tillen/bukken/persen
- U wordt doorverwezen naar het hand/pols-centrum
- U wordt doorverwezen naar het Schoudernetwerk GHZ
-

Pijnstillers:

- Paracetamol 500 mg, 4 keer per dag 2 tabletten per keer. Tijdstippen van inname:
- 08.00 uur, 12.00 uur, 17.00 uur en 22.00 uur
- Zie recept
-

Dieetrichtlijnen

- Ja.....
- Nee
- Vezelrijk/veel drinken
- Koud vloeibaar voor ... dagen

Poli afspraak

- U krijgt een poli/bel-afspraak mee
- Wordt opgestuurd
- Via MijnGHZ (door in te loggen via de app of website www.mijnghz.nl)
- Kunt u zelf maken
-

Werken

- Of u kunt werken, is afhankelijk van uw klachten. U kunt dus weer gaan werken als u zich daartoe in staat acht.
-

Autorijden

- Eigen verantwoording

Behandelend arts:..... Specialisme.....

Bel de eerste 30 dagen na de operatie direct als:

- U koorts heeft boven 38,5 graden
- Het wondgebied toenemend rood, warm en opgezwollen wordt, een onaangename geur heeft of sprake is van meer pijn of vocht lekkage
- Uw been rood, dik, gezwollen of pijnlijk wordt
- U plotseling toenemend kortademig wordt
- Hoofdpijn na een ruggenprik (en waarvan de pijn verdwijnt als u plat ligt)
- Niet kunnen plassen, maar wel erge aandrang/buikpijn hebben

Doen zich thuis complicaties voor? Bel dan tijdens kantooruren met uw behandelend specialist via het centrale nummer (0182) 50 50 50. Uw wordt doorverbonden naar de juiste afdeling.

Buiten deze tijden en bij acute problemen belt u naar de Spoed Eisende Hulp: (0182) 505327

Groene Hart Ziekenhuis, Locatie Gouda

Bleulandweg 10
2803 HH Gouda
Algemeen telefoonnummer ziekenhuis:
(0182) 50 50 50

Colofon

Uitgave: Groene Hart Ziekenhuis, Gouda
productie: Marketing & Communicatie
oktober 2025
08.01.073