



Bariatrische chirurgie

De eerste 2 weken na een operatie tegen ernstig overgewicht

Deze folder geeft informatie over de eerste 2 weken na een gastric bypass, sleeve of een andere operatie tegen ernstig overgewicht in het Spaarne Gasthuis.

Bewegen en werken

- U moet veel bewegen. Ga buiten wandelen of rondlopen in het huis.
- Ga overdag niet in bed liggen. In de nacht mag u de knieën af en toe optrekken in bed.
- U mag fietsen, wandelen en zwemmen, maar u mag geen zware buikspieroefeningen doen.
- U mag de eerste 3 weken niet zwaar tillen. Dat betekent niet meer dan 5 kilo tillen.
- U mag de eerste 6 weken niet vliegen.

Wondjes en water

- De hechtingen hoeven niet verwijderd te worden. Ze lossen vanzelf op.
- De wondjes mogen vanaf de eerste dag na de operatie nat worden. U mag er mee onder de douche en mee in bad.
- U mag met de wondjes zwemmen, maar de eerste 6 weken niet mee in de sauna of onder de zonnebank.
- Worden de wondjes rood of dik, of lekt er vocht uit? Neem dan contact op met het ziekenhuis.

Ontlasting, pijn en misselijkheid

- Het is normaal als u de eerste week helemaal geen ontlasting hebt. Daarna komt de stoelgang vanzelf weer op gang.

- Het is normaal dat u de eerste 2 weken milde pijn heeft in uw buik. De pijn zou elke dag wat minder moeten zijn.
- Het is normaal dat u de eerste 2 weken misselijk bent. De misselijkheid zou elke dag wat minder moeten zijn. Braken is niet goed. Kijk bij “Alarmtekens” wat het advies is.

Medicijnen

- Als u het ziekenhuis verlaat krijgt u uitleg over de medicijnen die u moet gebruiken. Het kan zijn dat de dokter uw eigen medicijnen aanpast.
- De eerste week prikt u elke dag een spuitje bloedverdunner (Fraxiparine) in uw buik of bovenbeen.
- De eerste 3 maanden gebruikt u elke dag een maagbeschermer (bijvoorbeeld Pantoprazol 40mg).
- U mag onmiddellijk beginnen met elke dag een multi-vitaminepil. Maar u mag er ook 2 weken mee wachten. Daarna neemt u elke dag een multi-vitaminepil in.
- Heeft u pijn? Neem dan zo nodig 2 tabletten paracetamol in. U mag 3 tot 4 keer per dag 2 tabletten (500 mg per tablet). U mag niet meer dan 4 keer 1000 mg paracetamol per dag innemen.
- U mag geen Diclofenac, Ibuprofen, Naproxen of andere ontstekingsremmers (NSAID-medicijnen) innemen.

Eten en drinken

- U krijgt uitleg mee over het eten en drinken voor de eerste 2 weken na de operatie.
- U mag de eerste 2 weken absoluut geen vaste voeding eten. Een stukje kip, een hapje brood of een koekje kunnen bijvoorbeeld al ernstige problemen veroorzaken.
- De 1^e dag eet u alleen vloeibaar eten. Vanaf de 2^e dag kunt u het eten steeds dikker maken, maar het is nog steeds vloeibaar.
- Eet alleen vloeibare of gepureerde voeding. Gebruik de staafmixer of de keukenmachine.
- Eet met een lepeltje.
- Neem de tijd voor het eten. Ga echt even zitten om te eten. Doe dit 6 keer per dag.
- Probeer de hele dag kleine slokjes te drinken. Als koude dranken niet goed vallen, probeer dan iets warmes (thee, bouillon).

Alarmtekens

- Denkt u dat u koorts hebt? Meet dan uw temperatuur met een thermometer. Heeft u koorts boven de 38,4°C? Neem dan contact op met poli Baria Nederland of met de spoedeisende hulp.
- Kom naar de spoedeisende hulp als u:
 - Hevige buikpijn heeft.
 - Meerdere keren moet braken.
 - Plotseling kortademig bent of benauwd wordt.
 - Zwarte diarree heeft.
 - Bloed in de ontlasting heeft, of bloed braakt.
 - Flauwvalt.

Afspraak

U heeft ongeveer 2 weken na de operatie een controle afspraak bij Baria Nederland. Vergeet dit niet. Lukt het niet om te komen? Laat dit ons dan zo snel mogelijk weten en maak direct een nieuwe afspraak.

Vragen en telefoonnummers

Het is belangrijk dat u juiste en duidelijke informatie krijgt. Heeft u nog vragen, stel ze gerust aan uw behandelend arts. Heeft u vragen na de behandeling in het ziekenhuis of doen zich thuis problemen voor, neem dan contact op met de polikliniek. Schrijf uw vragen van tevoren op, zodat u niets vergeet.

- Polikliniek Baria Nederland (023) 224 0230
op werkdagen tussen 8.00 – 12.00 uur en van 13.00 – 16.00 uur
- Spoedeisende hulp Spaarne Gasthuis (023) 224 6880
in de avonden en het weekend

Niet dringende vragen kunt u stellen tijdens de controle of via [Mijnspaarnegasthuis.nl](https://www.mijnspaarnegasthuis.nl).

Waar zijn we te vinden?

Haarlem Zuid

Boerhaavelaan 22
2035 RC Haarlem

(023) 224 0000

Haarlem Noord

Vondelweg 999
2026 BW Haarlem

www.spaarnegasthuis.nl

Hoofddorp

Spaarnepoort 1
2134 TM Hoofddorp

info@spaarnegasthuis.nl