



Leefregels voor als u weer thuis bent



na uw opname op de afdeling chirurgie in Haarlem Zuid

U bent opgenomen geweest op de verpleegafdeling 1.6/1.7/2.7 chirurgie. Thuis gelden er een aantal leefregels voor u. Alleen de aangekruiste punten hieronder zijn voor u belangrijk. De verpleegkundige geeft u bij de aangekruiste punten extra uitleg. De andere punten zijn voor u niet van toepassing. Wij wensen u een voorspoedig herstel toe.

Medicijnen

- Tegen de pijn:
 - Paracetamol tabletten of zetabletten:
 - 3 x daags 1000 mg. (8.00, 14.00 en 22.00 uur)
 - 4 x daags 1000 mg (8.00, 12.00, 18.00 en 22.00 uur)
 - Anders, zie recept(en)
 - U kunt de pijnstillers afbouwen als de pijn minder wordt of als u geen pijn meer heeft.
- Bloedverdunnende medicijnen via de trombosedienst, zie (her)aanmeldingsformulier trombosedienst.
- Bloedverdunnende medicijnen waarbij geen controle door trombosedienst nodig is.
- Fraxiparine prikken gedurende . . . weken.
- Movicolon bij problemen met de ontlasting.

Beweging

- Geen adviezen, u mag gewoon bewegen.
- . . . dagen/weken rust.
- . . . weken onbelast.
- Sling gedurende
- Na verwijdering van het drukverband, oefenen volgens voorschrift
- Niet tillen gedurende
- Belasten volgens voorschrift

Dieet / eten en drinken

- Geen adviezen, u mag alles eten en drinken.
- Anders:

Wondverzorging

- Douchen mag na . . . dagen. Was de wond niet met een washand en gebruik geen zeep. Dep de wond droog met een schone handdoek.
- Niet in bad gedurende
- Verband verwijderen na:
 - 24 uur
 - 48 uur
- Als de wond droog is hoeft er geen pleister/verband meer op.
- Verband laten zitten tot aan uw polikliniekbezoek.
- Verband/gips drooghouden.
- Bij nabloeden pleisters vervangen.
- Wond . . . x daags spoelen onder de kraan/douche.
- Drainproductie bijhouden.
- Drainzakje verwisselen om de . . . dagen.
- Koelen met ijspakking.
- Hechtingen zijn oplosbaar en hoeven niet verwijderd te worden.
- Hechtingen zijn niet oplosbaar, verwijderen op . . . - . . . – 20 . . .
 - bij de huisarts
 - in uw (tijdelijke) instelling
 - op de poli chirurgie
- Agraves (nietjes) verwijderen op . . . - . . . 20 . . .
 - bij de huisarts
 - in uw (tijdelijke) instelling
 - op de poli chirurgie
- Overige
- Bij vragen over wondmateriaal kunt u bellen met de firma Mathot 0800 – 244 55 66.

Lekkende wond

- Dagelijks de wond verzorgen.
- Verschoon het verband wanneer het verband aan de buitenkant vochtig wordt.
- Was uw handen goed voordat u de wond gaat verzorgen: vooral de vingertoppen en de nagels moeten schoon zijn. Gebruik ruim water en droog uw handen af aan een schone handdoek.
- Leg de verbandmiddelen klaar op een schoon oppervlak (bijv. een schone theedoek) en zet een afvallemmer of zak klaar.
- Verwijder het verband, raak de wond niet aan met uw handen en gooi het verband in de afvallemmer of zak.
- Bekijk de wond: let op roodheid, zwelling, warmte, vocht, wijken van de wondranden.
- Verzorg de wond volgens de instructies van de verpleegkundige.
- Gebruik de verbandmiddelen die u gekregen heeft.
- Gebruik geen zalf.
- Ruim de afvalzak op.
- Was uw handen.
- Verbandmiddelen bewaren op een droge schone plek (kast, plastic box).
- Verschoon het beddengoed als dit vies of vochtig is geworden.

Extra informatie over de wond

- Het litteken wordt eerst rood van kleur, pas na 6 tot 12 maanden wit.
- Het litteken 2 x per dag met litteken crème of calendula crème inmasseren. Hiermee mag u beginnen als de wond dicht is en er geen korstje meer op zit.
- Ga de eerste zes weken met de wond of het litteken niet in de zon.

Overige instructies

- Been/arm hoog leggen.
- Zorg voor een goede stoelgang: goed drinken, regelmatig bewegen.
- Sport BH of strak T-shirt dragen.
- Breukband.
- Overige

Controle op de polikliniek

- Afspraak/afspraken op de polikliniek en/of gipskamer: zie poli-afspraak/-afspraken.
- Policonrole is alleen nodig als u klachten heeft (Zie 'Wanneer neemt u contact op met het ziekenhuis?').

Vragen?

- Niet acute vragen kunt u stellen tijdens de controle op de polikliniek, de belafsprak of via Mijnspaarnegasthuis.nl. Maak eventueel een lijstje met uw vragen.
- U kunt ook de folder over de ingreep nalezen. Van de meeste ingrepen staat een foldertekst op onze site. Als u deze folder nog niet heeft gekregen op de polikliniek of op de verpleegafdeling kunt u de tekst vinden op www.spaarnegasthuis.nl.

Wanneer neemt u contact op met het ziekenhuis?

- Nabloeding of hevige lekkage van wondvocht.
- Als er pus uit de wond komt.
- Koorts boven 38,5 °C.
- Toenemende pijn.
- Overmatige zwelling.
- Roodheid rondom de wond.
- Benauwdheid.
- Overmatig braken.
- Verkleuring, koudheid, tintelingen bij de vingertoppen of tenen als u gips heeft.

Bij de hierboven genoemde acute vragen/problemen belt u naar het ziekenhuis:

- Op maandag t/m vrijdag tussen 08:00 – 12:00 en 13:00 en 16:00 uur:
 - Poli chirurgie en gipsoli (alle locaties) (023) 224 00 20
 - Poli KNO (alle locaties) (023) 224 84 22
 - Poli plastische chirurgie (alle locaties) (023) 224 01 75
 - Poli gynaecologie (alle locaties) (023) 224 00 60
 - Dialyse afdeling Haarlem Zuid (023) 224 30 20
 - MKA Kennemer & Meer heeft geen polikliniek in het Spaarne Gasthuis.
Controles zijn op de Amsterdamsevaart: <https://www.mkakennemermeer.nl/>
Amsterdamsevaart 268 – 4, 2032 EK Haarlem
 - Maandag t/m vrijdag tussen 08:00 – 16:30 uur (085) 080 40 00
 - 's Avonds, 's nachts en in het weekend
Spoedeisende Hulp (SEH) Haarlem Zuid (023) 224 48 80
- 's Avonds, 's nachts en in het weekend: de Spoedeisende Hulp (SEH):
 - SEH Hoofddorp (023) 224 68 80 (24 uur per dag).
 - SEH Haarlem Zuid (023) 224 48 80 (24 uur per dag).
 - SEH Haarlem Noord (023) 224 78 80 (van 9.00 – 22.00 uur)
- Bent u bekend bij de stoma- of colonicareverpleegkundige, dan kunt u met hen contact opnemen:
 - Stomapoli Hoofddorp (023) 224 09 56 (ma. t/m vr. 08:45 – 16:15 uur) of stomapoli@spaarnegasthuis.nl.
 - Colonzorg (023) 224 09 57 (di. + do. 08:45 – 16:15 uur) of colonzorg@spaarnegasthuis.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