Nazorgfolder Gynaecologie

Dagcentrum

DIJKLANDER ZIEKENHUIS

Tijdens uw opname en bij ontslag op het Dagcentrum, heeft u veel informatie gekregen. In deze folder staat alles nog eens duidelijk voor u op een rij, zodat u dat thuis rustig na kunt lezen. De verpleegkundige heeft de leefregels aangekruist die voor u van toepassing zijn. Verder vindt u belangrijke telefoonnummers voor het geval er thuis problemen optreden of als u nog vragen heeft.

Algemene leefregels:

Bij een dagopname wordt er vanuit gegaan dat u er voor gezorgd heeft dat u de eerste nacht niet alleen thuis bent.
U mag de dag van de operatie niet zelfstandig deelnemen aan het verkeer.
Vermoeidheid na een ingreep, al dan niet onder narcose, komt veel voor. Dit verbetert meestal in de loop van een paar dagen

- Douchen ☐ Mag vanaf 1e dag na de operatie, maar niet te lang ivm verweking wond en/of hechtpleisters.
  ☐ Anders, nl.....

Wondverzorging / bijzonderheden na behandeling

- Na een laparoscopische ingreep mag de pleister de volgende dag verwijderd worden. Hechtpleisters laten zitten Indien nodig, kan de pleister eerder verschoond worden. Hierna hoeft
  er in principe niets meer op de wond, tenzij deze nog iets lekt. of dat bijvoorbeeld de hechtingen irriteren onder uw kleding. In dat geval kunt u de wond afdekken met een pleister

  Hechtingen:
  ☐ u heeft geen hechtingen

  ☐ u heeft hechtpleisters; deze mogen 1 week blijven zitten en dan mag u ze zelf verwijderen
  ☐ worden op de polikliniek verwijderd
  ☐ mogen door uw huisarts worden verwijderd na .....
  ☐ deze lossen binnen 6 weken op.

Wat is normaal?

- schouderpijn na een laparoscopische ingreep, met name bij staan (pijnstillers mag).
- vloeien na een curettage van nihil tot 14 dagen, stolsels mogen tot een dag na de ingreep.
- Lichte verhoging en spierpijn

Leefregels

Om een infectiekans zo gering mogelijk te houden adviseren wij u de volgende leefregels voor de komende week, en als u nog helder rood bloed verlies heeft:

- geen geslachtsgemeenschap
- geen tampons gebruiken
- Bij vloeien maandverband gebruiken
- Niet in bad
- Niet zwemmen

Wat houdt vloeien in:

Vloeien:Weinig: in 3 a 4 uur minder dan ½ maandverband
Matig: in 3 a 4 uur ½ maandverband
Normaal: in 3 a 4 uur 1 maandverband
Ruim: in 3 a 4 uur meer dan 1 maandverband
Veel: ieder kwartier 1 maandverband

Na een TVT-O de eerste 2 weken:

- Niet sporten
- Voorzichtig met tillen
- Maximaal 20 minuten fietsen

Algemene informatie gegeven over:

☐ Contact opnemen bij aanhoudende (hoofd-)pijn en duizeligheid na een ruggenprik
☐ Poliafspraak: .....

Vragen of problemen.

Wij raden u aan om contact op te nemen met het ziekenhuis in de volgende gevallen:

- Indien u koorts >38,5 krijgt
- als de wond roder en pijnlijker wordt, opzwelt, wijkt, nabloedt of pus vertoont.
- In geval van vies ruikende afscheiding en of hevige buikpijn.

locatie Hoorn:

- Tijdens kantooruren met de polikliniek Gynaecologie: **0229-257829**
- Na kantooruren en in het weekend met de spoedeisende hulp: **0229-257699**

locatie Purmerend:

- Tijdens kantooruren met de polikliniek Gynaecologie: **0299-457138**
- Na kantoortijden en in het weekend met de Spoedeisende hulp: **0299-457620**

Als u verder vragen heeft over uw verblijf op de afdeling of als er vragen zijn waarvan u niet goed weet aan wie u die moet stellen, kunt u het Dagcentrum bellen locatie Hoorn via
tel. 0229 257340, Locatie Purmerend via tel. 0299- 457993 (maandag t/m vrijdag tussen 8.00 en 19.00 uur). Bij geen gehoor het algemene nummer van het ziekenhuis bellen.

☐ De dag na de operatie wordt u door een verpleegkundige van de dagbehandeling gebeld tussen 10.00 uur en 14.30 uur. **Dit is een anoniem nummer.**
Tijdens dit gesprek vraagt de verpleegkundige (n.a.v. een vragenlijst) hoe het met u gaat en kan zij u zo nodig nog adviezen geven.
Als u op vrijdag bent geopereerd, bellen we u MAANDAG.

Pijnmedicatie na een dagbehandeling

Medicatie die in het Dagcentrum voorgeschreven zijn en waar u eventueel een recept voor heeft gehad, zijn:

Medicijn	**Werking**	**Effect**	**Bijwerking(en)**
Paracetamol (500 mg) Max. 4 x 2 tabletten	Koortsverlagende pijnstiller	*4 tot 6 uur* Werkt 30 min na het innemen	
Naproxen (500 mg) Maximaal 2x 1 tablet	Koortsverlagende en ontstekingsremmende pijnstiller	*6 tot 8 uur* Werkt 1 uur na het innemen	Maag-/darmklachten. Hiervoor kunt u 1 x daags een maagbeschermer **Pantoprazol** gebruiken
Oxycodon Maximaal 2 x 1 tablet	Morfineachtige pijnstiller, sterke pijnstillende werking	*12 uur* Werkt 1 à 2 uur na het innemen	Sufheid, duizeligheid, misselijk. Maag/darm klachten. Verstopping (obstipatie) Hiervoor krijgt u zonodig **Movicolon** zakjes.

De combinatie van de verschillende pijnstillers geeft een hogere pijnstillende werking. Neem dus zo nodig Paracetamol + Naproxen + evt. Oxycodon.
Hier wordt mee bedoeld:

Heeft u pijn? → **Paracetamol**
Heeft u nog steeds pijn?→ Paracetamol **+ Naproxen (erbij innemen)**

Heeft u nog steeds pijn? → Paracetamol + Naproxen **+ Oxycodon (erbij innemen)**

Zo nodig:
 Pantoprazol (maagbeschermer) 1x daags in combinatie met de naproxen
 Movicolon (ter voorkoming van obstipatie) 1x daags in combinatie met de Oxycodon.

Tijdstip innemen medicatie	**paracetamol 500 mg**	**naproxen 500mg**
08.00	2 tabletten	
10.00		1 tablet
12.00	2 tabletten	
18.00	2 tabletten	
20.00		1 tablet
Voor de nacht	2 tabletten	

Afbouwschema pijnstillers:
stap 1 stop met Oxycodon
stap 2 stop ook met de naproxen
stap 3 stop ook met de paracetamol

Ervaart u bijwerkingen zie bijsluiter van de medicatie of neem contact op met het ziekenhuis.

Met vriendelijke groet,
De anesthesiologen van het Dijklanderziekenhuis.

Wij horen graag hoe u de zorg door ons ziekenhuis ervaren heeft zodat wij hiervan kunnen leren.

Wilt u ons helpen de zorg te verbeteren?

Scan dan de QR code en vul de vragenlijst in, het duurt ongeveer 2 - 3 minuten.

Hartelijk dank voor uw medewerking!

Locatie Enkhuizen
Molenweg 9b
1601 SR Enkhuizen
T. 0228 312 345

Locatie Hoorn
Maelsonstraat 3
1624 NP Hoorn
T. 0229 257 257

Locatie Purmerend
Waterlandlaan 250
1441 RN Purmerend
T. 0299 457 457

Locatie Volendam
Heideweg 1b
1132 DA Volendam
T. 0229 257 500

Postbus 600, 1620 AR Hoorn

www.dijklander.nl
info@dijklander.nl

FLD-00824-NL 26-04-2023

DIJKLANDER ZIEKENHUIS