



Nazorgformulier Orthopedie/ Traumatologie

Orthopedie

Locatie Hoorn/Enkhuizen

Nazorgformulier orthopedie/traumatologie

Tijdens uw opname en bij ontslag op de orthopedische / snijdende afdeling, heeft u veel informatie gekregen. In dit formulier 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.

Leefregels:

Algemeen

Houd voldoende rust de eerste dagen, zeker wanneer u hechtingen heeft die nog verwijderd moeten worden. Wanneer u weer kunt gaan werken hangt af van het soort werk dat u verricht en de ingreep die u heeft ondergaan. Vraag advies aan uw behandelend specialist tijdens de controleafspraak.

Wond

Op de wond zit een Opsite pleister. Dit is een waterdichte pleister waarmee u kunt douchen. Hiermee kunt u niet baden of zwemmen (dit mag als de ingreep het toelaat weer na 14 dagen). Deze pleister mag na 1 week verwijderd worden. Als de wond niet meer lekt, is het beter om geen pleister meer te gebruiken. Haal de pleister er voor het douchen af en doe er, indien nodig, een schone op na het douchen. U kunt gewoon douchen zoals u dat gewend bent. Spoel de zeepresten goed af en dep de wond zachtjes droog. U mag niet in bad zolang er hechtingen in de wond zitten. Bij oplosbare hechtingen is het raadzaam om na 14 dagen pas weer in bad te gaan.

- Wondpleister verwijderen na uur
- Drukverband verwijderen na uur.
- x daags de wond spoelen onder de douche
- Hechtpleisters moeten 5-7 dagen blijven zitten..
 - Indien het eerder loslaat zelf een pleister op de wond plakken.
 - Graag de wond droog houden tot hechtpleisters vanzelf loslaten.
- De Opsite-pleister mag na 1 week verwijderd worden.

- U moet uw agraves (soort nietjes) laten verwijderen bij de huisarts na dagen (u moet hiervoor zelf een afspraak maken)
- Pleister voor het douchen verwijderen en wond schoonspoelen onder de douche. Na het douchen de wond afplakken met een pleister (bijvoorbeeld Hansaplast Sensitive) Indien de wond droog is, is een pleister niet noodzakelijk.
- Aangezien er sprake is van wondlekkage, verband verwijderen voor het douchen, de wond schoonspoelen, en de wond na het douchen verbinden met Cutisorb verband en Leukopor pleister. Indien nodig vaker dan 1 keer daags.
- Specifieke wondinstructies; Namelijk:.....
- De wond is gesloten met huidlijm. Hier hoeft u niets mee te doen.
- U moet uw hechtingen laten verwijderen bij de huisarts na dagen (u moet hiervoor zelf een afspraak)
- Uw hechtingen worden verwijderd op de polikliniek na dagen (poliafspraak is al gemaakt)
- Uw hechtingen worden verwijderd door de wijkverpleegkundige.
- Uw hechtingen zijn oplosbaar en hoeven niet verwijderd te worden.
- Uw hechtingen zijn al verwijderd tijdens de opname

Pijn

Recepten voor medicatie worden digitaal verstuurd naar de apotheek. Deze medicijnen kunt u ophalen bij de Maelsonapotheek tenzij er iets anders met u afgesproken is door de arts.

Neem de pijnstillers op vaste tijden in en vooral voor het slapen gaan. Naast de medicijnen op recept mag u altijd Paracetamol innemen. Neem maximaal 4x per dag 2 tabletten van 500 mg.

Afhankelijk van de pijn kunt u na enkele dagen gaan afbouwen of stoppen met de pijnstilling. Stop als eerste met de pijnstilling die u op recept heeft gekregen en als laatste met de Paracetamol. Heeft u geen recept meegekregen dan mag u alleen paracetamol gebruiken. Is de pijnstilling niet voldoende, of indien de pijn toeneemt, neem dan contact op met het ziekenhuis (zie kopje vragen of problemen).

Antistolling

Een patiënt die geopereerd is ,of om een andere reden bedlegerig is (geweest) loopt een groter risico op het krijgen van een stolsel in een van de aderen: een zogenaamd trombosebeen. Dit komt omdat het bloed dan minder goed wordt rond gepompt en daardoor kan gaan samenklonteren. Om het risico op het krijgen van een trombosebeen te verkleinen worden er bloedverdunnende medicijnen toegediend. In het ziekenhuis zijn dit meestal “spuitjes” zoals Fraxiparine. Maar er zijn ook bloedverdunders die patiënten moeten innemen. Daarmee gaan ze meestal naar huis. De medische specialist bepaalt hoe lang deze medicijnen na ontslag moeten worden ingenomen. Het is namelijk niet zo dat zodra de patiënt weer “in de benen is” er geen risico meer bestaat op het krijgen van een trombosebeen!

In uw geval:

- U bent gestart met fraxiparine en dient hiermee thuis door te gaan. Uw behandelend arts bepaalt tot wanneer u de fraxiparine moet gebruiken.
- U bent gestart met Xarelto en dient hiermee thuis door te gaan.
- U heeft in het ziekenhuis fraxiparine gebruikt en gaat daar thuis ca. 1 week mee door alvorens u gaat starten met Xarelto
- U bent gestart/herstart met acenocoumarol en dient hiermee thuis door te gaan. De dosering voor de komende dagen kunt u vinden op het aanmeldingsformulier voor de trombosedienst. De trombosedienst vervolgt de stollingswaarde in uw bloed en zal aangeven wanneer u mag stoppen met de fraxiparine.
- U komt terug bij de trombosedienst op
- De trombosedienst komt bij u thuis op
- U bent gestart met ascal en dient hiermee thuis door te gaan. Uw behandelend arts bepaalt wanneer u eventueel mag stoppen met ascal.

Mobiliseren

Hieronder geven wij aan hoelang u hulpmiddelen moet gebruiken:

- Het geopereerde lichaamsdeel hoog leggen (met kussens) gedurende ... dagen/ weken
- Niet te lang stil blijven staan. Lopen mag wel op geleide van de pijn.
- Onbelast mobiliseren gedurende ... weken
- Aantappend mobiliseren gedurende ... weken.

- Belast mobiliseren met elleboogkrukken / rollator gedurende weken
- Regelmatig het mobiliseren oefenen afwisselen met rustmomenten
- Indien er sprake is van zwelling, het geopereerde been, regelmatig hoog leggen
- U moet een mitella / sling / immobilisatie-verband om overdag/'s nachts gedurende ... dagen/weken
- Niet zwaar tillen gedurende dagen/weken

Overig

Koelen van de knie (cold-pack)

namelijk:-----

namelijk:-----

Hulpmiddelen

Indien u hulpmiddelen nodig heeft, zoals loopkrukken of een rollator, kunt u deze bij de thuiszorgwinkel bij u in de buurt verkrijgen. In Westfriesland is dat de thuiszorgwinkel aan de Nieuwe Steen 36 in Hoorn (0229-206885)

Fysiotherapie

Als door de arts nabehandeling door een fysiotherapeut is voorgeschreven, krijgt u bij het ontslag uit het ziekenhuis een schriftelijke aanvraag mee. U moet voor behandeling zelf contact opnemen met een fysiotherapie-praktijk bij u in de buurt en deze aanvraag aan de betreffende fysiotherapeut afgeven.

Uw afspraak op de polikliniek

Indien uw afspraak nog niet bekend is kunt u die over enige tijd vinden in het patiënten portaal onder het kopje afspraken.

Het patiëntenportaal is een beveiligde website waar patiënten toegang hebben tot (delen van) hun medisch dossier. Inloggen gaat via digiD met verificatie per sms, of de DigiD app + machtiging..

Wij streven ernaar om de afspraken zoveel mogelijk digitaal te versturen. Dit kunt u ook in het patiëntenportaal bevestigen.

Instructie voor de wond

Indien u koorts krijgt of merkt dat de operatiewond verandert (bijvoorbeeld wanneer de wond, roder en pijnlijker wordt en/of opzwellt, wijkt, meer nabloedt of pus vertoont) is het raadzaam dit op korte termijn (binnen 10 uur) te laten beoordelen door uw orthopedische chirurg of traumatoloog. Deze is overdag te bereiken via de secretaresse poli Orthopedie (0229 - 257 821) locatie Hoorn, via secretaresse poli Orthopedie locatie Purmerend (0299-457132). Buiten kantoortijden moet u via de afdeling Spoedeisende Hulp Hoorn 0229 - 257 699 of Purmerend 0299-457368 bellen.. Ook indien u koorts krijgt kunt u op bovenstaande manier handelen.

Als u verder vragen heeft over uw verblijf op de afdeling of als er vragen waarvan u niet goed weet aan wie u die moet stellen, dan kunt u de afdeling bellen waar u opgenomen bent geweest (0229 - 257 811). De verpleegkundige zal u dan verder helpen.

Infectiepreventie bij een gewrichtsvervangende prothese

Bij een **kophalsprothese** of een **totale prothese**.

Om een infectie bij de prothese te vermijden zijn de volgende richtlijnen van het allergrootste belang. Meld in voorkomende gevallen aan uw behandelend arts/tandarts dat u een prothese heeft.

Stel vooraf de betreffende specialist op de hoogte van uw gewrichtsprothese als u opnieuw een operatie of andere inwendige ingreep moet ondergaan. Ter bescherming van uw gewrichtsprothese wordt geadviseerd om bij bepaalde ingrepen antibiotica te gebruiken. Denk bijvoorbeeld aan:

- Alle ingrepen bij een verminderde weerstand waarvoor u onder behandeling bent bij een specialist (internist).
- Tandheekundige ingrepen in ontstoken gebied.
- Blaasonderzoek bij een nog actieve blaas- of urinewegontsteking.
- Kijkoperatie in een ontstoken gebied.
- Ingrepen aan slokdarm of maag.

Neem daarnaast contact op met uw huisarts als u last krijgt van bijvoorbeeld een longontsteking, keelontsteking, blaasontsteking, griep, etterende wonden, steenpuisten of bloedvergiftiging. Uw behandelend arts kan dan rekening houden met het toedienen van antibiotica.

Informatie voor uw (tand)arts / huisarts:

De keuze van het middel zou kunnen zijn: een eenmalige gift van amoxicilline en clavulaanzuur (Augmentin®, twee tabletten van 500/125 mg per os één uur vóór de ingreep).

Vragen of problemen

Vragen over belastbaarheid, medicijngebruik of leefregels algemeen:
Voor dr Noor, dr Verbeek, dr IJsseldijk en dr Winkelhagen kunt u de vragen stellen
aan poli chirurgie
Voor de andere artsen kunt u de vragen stellen aan poli orthopedie

Contact

Poli Chirurgie Hoorn 0229 25 78 28
Poli Orthopedie Hoorn: 0229 25 78 21
dagelijks van 8.00 - 17.00 uur

Poli chirurgie Purmerend 0299 457 457
Poli Orthopedie Purmerend 0299-457132
dagelijks van 8.00 - 17.00 uur

Poli Enkhuizen: 0228 31 23 45

Tevreden?

Als u een klacht heeft, is het aan te bevelen deze eerst te bespreken met degene die het betreft of met de afdelingsverpleegkundige. Als u uw klacht wilt indienen bij een onpartijdige instantie verwijzen we u naar onze website www.dijklander.nl of naar het Patiëntenservicepunt in de centrale hal.

Informatie, belangen- en patiëntenverenigingen

Algemene informatie over orthopedische aandoening kunt u vinden op internet bij www.orthopedie.nl www.orthopeden.org en www.patiëntenbelangen.nl maar ook via de Vereniging Patiëntenbelangen Orthopedie: 026-3215154
Deze belangenvereniging geeft ook het blad uit: "Beter in beweging". U kunt deze gratis verkrijgen en aanvragen op tel. nummer: 026-3215154

Adres:

Dijklander Ziekenhuis
Postbus 600, 1620 AR Hoorn
orthopedie@dijklander.nl

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-00703-NL 13-12-2024