



# Nazorgfolder Plastische chirurgie

Dagcentrum

Locatie Hoorn/Enkhuizen

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.

- Controle/bel afspraak heeft u al ontvangen van de OK planner van de plastische chirurgie. Is dit niet het geval dan ontvangt u die nog per post of telefonische.
- Dit geldt ook voor de afspraak bij de revalidatie arts.

### **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 langer dan 3 minuten i.v.m. verweking van de wond en/of hechtpleisters. Zet de douche niet te warm, u kunt hierdoor niet lekker worden.
- Als het drukverband verwijderd is.
- Gips mag niet nat worden.
- Anders, nl.....

### **Wondverzorging / bijzonderheden na behandeling**

Algemeen advies:

Zolang er hechtingen in zitten raden wij het u volgende af: zwemmen, in de sauna zitten of anderszins langdurig met de wond in het water zitten.

Pleister mag de volgende dag verwijderd worden. De pleister kan zonodig eerder vervangen worden. Daarna hoeft de wond niet meer bedekt te zijn, tenzij deze “draagt”, of dat bijvoorbeeld de hechtingen irriteren onder uw kleding. In dat geval kunt u de wond afdekken met een pleister.

De hechtpleister(s) mag 1 week blijven zitten. Daarna mag u ze zelf verwijderen.

- Drukverband verwijderen na .....
- Drain:.....
- Anders,nl.....

Hechtingen:

- Worden op de polikliniek verwijderd
- Mogen door uw huisarts worden verwijderd
- Deze lossen binnen 2 weken op.
- Als ze niet oplossen, dan kunt u ze laten verwijderen door de huisarts of contact opnemen met de poli.

Let er op dat u met “verse” littekens niet langer dan 10 minuten in de (volle) zon komt. Dat zal lichte en meer zichtbare littekens geven. U wordt geadviseerd om, als de hechtingen zijn verwijderd en de wond dicht is, een goede zonbeschermer met een factor boven de 20 te gebruiken.

**Plaatselijke verdoving**

Verdoving been:

Bij een langdurige verdoving van het been, mag u het been niet belasten. Het been zo weinig mogelijk naar beneden laten hangen. Niet op de verdoofde zijde liggen.

Verdoving arm :

Bij een langdurige verdoving van de arm moet u de arm in een sling of mitella laten rusten. Als de verdoving nog niet is uitgewerkt, geldt dit ook voor de nacht. Niet op de verdoofde zijde liggen.

Als het gevoel terugkomt, begint het met tintelingen en is de arm nog even stuurloos.

## Algemene informatie gegeven over:

Contact opnemen bij aanhoudende (hoofd-)pijn en duizeligheid na een ruggenprik

Bij gebruik van bloedverdünnende medicijnen:

Acenocoumarol: Volg het advies van uw trombosedienst, tenzij uw behandelend arts anders met u besproken heeft.

Uw poliafspraak kunt u in principe terug vinden in "Mijn Dijklander"

.....

## Vragen of problemen

Als u koorts (>38,5 graden) krijgt of merkt dat de wond verandert (bijvoorbeeld wanneer de wond roder en pijnlijker wordt, opzwellt, wijkt, nabloedt of pus vertoont) raden wij u aan om contact op te nemen met het ziekenhuis.

- Maandag, dinsdag en donderdag met poli plastische chirurgie: **0229-257250**

- De andere dagen en in het weekend met de spoedeisende hulp: **0229-257699**

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 via tel. **0229 257340** (maandag t/m vrijdag tussen 8.00 en 21.00 uur).

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.

Wordt u op vrijdag geopereerd dan wordt u op MAANDAG gebeld.

Overige bijzonderheden:.....

## Pijnmedicatie na een dagbehandeling

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

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

De combinatie van de verschillende pijnstillers geeft een hogere pijnstillende werking. Neem dus zo nodig Paracetamol + evt. Oxycodon

Hier wordt mee bedoeld: (zie volgende pagina)

Heeft u Pijn? → **Paracetamol**

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

Heeft u nog steeds pijn? → Paracetamol + **Oxycodon (erbij innemen/ max 2 keer/dag)**

| Tijdstip innemen medicatie | Paracetamol 500mg | Naproxen 500mg |
|----------------------------|-------------------|----------------|
| 08.00                      | 2 tabletten       |                |
| 10.00                      |                   | 1 tablet       |
| 12.00                      | 2 tabletten       |                |
| 18.00                      | 2 tabletten       |                |
| 20.00                      |                   | 1 tablet       |
| 22.00                      | 2 tabletten       |                |

Zo nodig:

- Pantoprazol (maagbeschermer) 1x daags in combinatie met de Naproxen
- Movicolon (ter voorkoming van obstipatie ) 1x daags in combinatie met de Oxycodon

Over het algemeen is het zo dat de pijn de eerste dag na de ingreep het hevigst is. De daaropvolgende dagen zal de pijn steeds meer afnemen.

Afhankelijk van uw pijnklachten kunt u het gebruik van de pijnmedicatie langzaam afbouwen.

Afbouwschema pijnstillers:

stap 1 stop met Oxycodon

stap 2 stop ook met de naproxen

stap 3 stop ook met de paracetamol

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](http://www.dijklander.nl)  
[info@dijklander.nl](mailto:info@dijklander.nl)



FLD-00825-NL 10-06-2024