



Nazorgfolder Orthopedie

Dagcentrum

Tijdens uw opname en bij ontslag op het Dagcentrum, 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.

Algemene leefregels:

Bij een dagopname wordt ervan uit gegaan dat u ervoor gezorgd heeft dat u de eerste nacht niet alleen thuis bent.

U mag de dag van de operatie niet zelfstandig deelnemen aan het verkeer.

Douchen

Mag vanaf 1e dag na de operatie, maar niet langer dan 3 minuten ivm verweking van de wond en/of hechtpleisters. Zet de douche niet te warm, u kunt hierdoor niet lekker worden.

Gips of verband mag niet nat worden, een hoes of vuilniszak kunt u gebruiken zodat het niet nat wordt.

Anders,.....

Wondverzorging:

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

Hechtpleisters zo lang mogelijk laten zitten, indien nodig leukoplast er op plakken.

Wondpleister mag de volgende dag verwijderd worden. Indien nodig, kan de pleister eerder verschoond worden.

Hierna hoeft er in principe niets meer op de wond, tenzij deze nog vocht lekt. Mochten de hechtingen irriteren onder uw kleding. In dat geval kunt u de wond afdekken met een pleister.

Drukverband verwijderen

Tubigrip: deze draagt u na het verwijderen van het drukverband. Alleen overdag tot twee weken na de operatie of tot de zwelling verdwenen is.

Hechtingen:

- worden op de polikliniek verwijderd
- mogen door uw huisarts worden verwijderd na
- deze lossen binnen 6 weken op.

Let er op dat u met “verse” littekens niet langer dan 10 minuten in de (volle) zon komt. Dat zal lelijke 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.

Mobilisatie

| | |
|--|---------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Belasten/tillen | op advies van de fysiotherapeut |
| | |
| | |
| | |

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 bloedverdunnende medicijnen:

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

Anders:.....

Vragen of problemen

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

Locatie Hoorn:

- tijdens kantooruren met de polikliniek Orthopedie:
0229 257821
- na kantooruren en in het weekend met de Spoedeisende hulp:
0229 257699
- gipskamer/traumapoli: **0229-208259**

Locatie Purmerend:

- Tijdens kantooruren polikliniek Orthopedie: **0299-457650**
- Na kantoor tijden en in het weekend met de Spoedeisende hulp: **0299-457620**
- Gipskamer/ traumapoli: **0299 - 457 620**

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 algemeen ziekenhuisnummer bellen.

De dag na de operatie wordt u door een verpleegkundige van de dagbehandeling gebeld. Tijdens dit gesprek vraagt de verpleegkundige (n.a.v. een vragenlijst) hoe het met u gaat en kan zij u zonodig nog adviezen geven.

Als u op vrijdag bent geopereerd, bellen we u op MAANDAG.

Overige bijzonderheden:.....

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 |
|--|---|---|---|
| Paracetamol (500 mg) Max. 4 x 2 tabletten | Koorts- verlagende pijnstiller | 4 tot 6 uur Werkt 30 min na het innemen | |
| Naproxen (500 mg) Maximaal 2x 1 tablet | Koorts- verlagende en ontstekings- remmende pijnstiller | 6 tot 8 uur Werkt 1 uur na het innemen | Maag -/darmklachten. <input type="checkbox"/> Hiervoor kunt u 1 x daags een maag- beschermer Pantoprazol gebruiken |
| Oxycodon Maximaal 2 x 1 tablet | Morfine-achtige pijnstiller, sterke pijnstillende werking | 12 uur Werkt 1 à 2 uur na het innemen | Sufheid, duizeligheid, misselijk. Maag/ darm klachten. Verstopping (obstipatie) <input type="checkbox"/> 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 of Naproxen (erbij innemen)

Heeft u nog steeds pijn? Paracetamol + Naproxen + Oxycodon.

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 500mg | 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

Ervaat u bijwerkingen zie bijsluiters van de medicatie of neem contact op met het ziekenhuis.

Met vriendelijke groet,

De anesthesiologen van het Dijklander Ziekenhuis

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

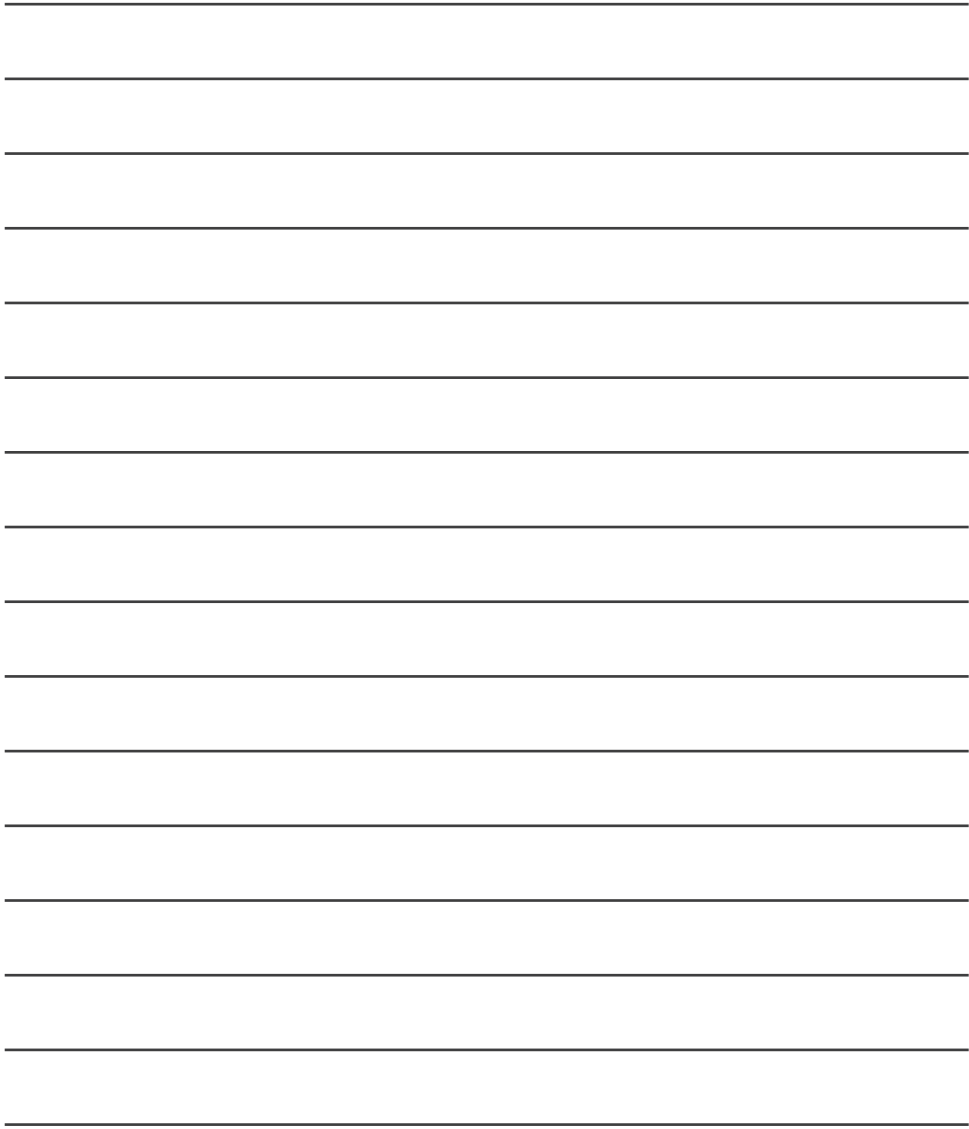
Wilt u ons helpen de zorg te verbeteren?

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

Hartelijk dank voor uw medewerking!



Notities:



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-00820-NL 05-11-2021