

Adviezen na een operatie verpleegafdeling Orthopedie

U bent geopereerd op de afdeling Orthopedie van OLVG
Herstellen van een operatie heeft tijd nodig. Hoe lang dit duurt, hangt af van uw persoonlijke situatie en het soort operatie.

Mobiliseren en bewegen

Voor uw herstel is het belangrijk om kort na de operatie in beweging te komen. U voorkomt hiermee complicaties. Houd er rekening mee dat u na de verdoving enige tijd last kunt hebben van moeheid en duizeligheid. Van de fysiotherapeut krijgt u informatie over oefeningen en advies over bewegen. Als u na ontslag uit het ziekenhuis fysiotherapie nodig heeft, krijgt u hiervoor een verwijzing.

Medicijnen

Pijnmedicatie

Het is normaal dat u na een operatie enige pijn en ongemak ervaart. U krijgt medicijnen tegen de pijn.

- | | |
|--|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Paracetamol 500mg | 4 keer daags 2 tabletten |
| <input type="checkbox"/> Naproxen 500mg | 2 keer daags 1 tablet |
| <input type="checkbox"/> Tramadol 50mg | 3 keer daags 1 tablet zo nodig |
| <input type="checkbox"/> Oxycodon (verlengde afgifte) | mg volgens voorschrift |
| <input type="checkbox"/> Oxycodon (snelwerkend) | mg 4-6 keer daags, indien nodig |

Tip: Vraag uw apotheker of verpleegkundige welk medicijn het snelst werkt en welk medicijn een verlengde afgifte heeft)

Maagbeschermer

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Pantoprazol 40 mg | 1 keer daags (indien Naproxen gebruik) |
|--|--|

Antistolling (bloedverdunners)

Om een complicatie als trombose te voorkomen

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Nadroparine (Fraxiparine) | 1 keer daags in de huid injecteren U krijgt instructies van de verpleegkundige |
| <input type="checkbox"/> Dabigatran (Pradaxa) | 1 keer daagsmg |

Laxantia (voor de stoelgang)

- | | |
|------------------------------------|--------------------|
| <input type="checkbox"/> Movicolon | 1-2 zakjes per dag |
|------------------------------------|--------------------|

Afbouwen pijnmedicatie

Als u merkt dat de pijn afneemt en acceptabel is, kunt u de pijnmedicatie afbouwen. Het is niet verstandig om in één keer te stoppen. Als u merkt dat u de snelwerkende oxycodon niet meer nodig heeft, kunt u onderstaand schema aanhouden:

- Eerst Oxycodon (of Tramadol) – Begin met het afbouwen van de sterkste pijnstillers: Oxycodon (met verlengde afgifte). Laat 's ochtends óf 's avonds 1 tablet weg (van de andere soorten medicijnen blijft u het gebruikelijke aantal gebruiken). Als dit goed gaat, kunt u stoppen met het gebruik van Oxycodon.
- Mocht u Tramadol gebruiken dan moet u deze als eerste afbouwen, door eerst 1 capsule weg te laten en vervolgens een tweede.
- Vervolgens Naproxen – Gebruikt u geen Oxycodon meer en gaat het nog steeds goed met de pijn? Dan kunt u beginnen met het afbouwen van Naproxen. Laat eerst 1 tablet weg, bij. Als dit goed gaat, kunt u helemaal stoppen met het gebruik van Naproxen.
- Pas als u stopt met Naproxen kunt u ook stoppen met Pantozol. Zolang u nog Naproxen gebruikt, is het verstandig om de Pantozol te gebruiken.
- Als laatste kunt u ook Paracetamol gaan afbouwen. Bouw eerst af naar drie keer 2 tabletten per dag: om 8.00, 14.00 en 22.00 uur. Laat vervolgens de tabletten weg die u 14.00 uur neemt. Als dat goed gaat, kunt u verder afbouwen op de manier zoals hierboven beschreven.

Obstipatie

Een probleem dat vaak voorkomt na een operatie is een moeilijke stoelgang, ook wel obstipatie genoemd. Dit wordt veroorzaakt door minder beweging, medicijnen en door verandering in voeding. Obstipatie kan snel worden opgelost als het vroeg wordt ontdekt. Het kan zijn dat uw arts een laxantia voorschrijft om de stoelgang op gang te helpen.

Antistolling

Om trombose te voorkomen, schrijft de arts u voor een bepaalde periode bloed verdunnende medicijnen voor.

Wondverzorging

Een chirurgische operatiewond sluit in principe binnen 24 à 48 uur. De wond kan nog wat bloed of (gelig) vocht lekken, dit is normaal.

- U mag na 24 uur douchen, spoel de wond af, gebruik hierbij geen washand.
- Gebruik geen zeep of bodylotion rond de wond.
- Vervang de pleister zo nodig door een schone pleister. Zodra de wond droog is, hoeft er geen pleister meer op de wond. Pleisters zijn verkrijgbaar bij apotheek of drogist.
- **Als u een waterafstotende pleister heeft, moet u deze laten zitten.**
- U mag niet in bad, zwemmen en/of sauna tot de hechtingen verwijderd zijn en de wond volledig genezen is, ongeveer na 6 weken
- De hechtingen worden verwijderd tijdens de controleafspraak of bij uw huisarts.

Complicaties

U neemt contact op, met onderstaande nummers als een van de onderstaande complicaties voordoet:

- Koorts boven 38,5 graden
- Wondinfectie; dit herkent u aan roodheid, zwelling, warmte of pus rondom de wond

- Trombose; dit herkent u aan een rood, warm glanzend onderbeen en pijn in de kuit
- Het opengaan van de wond en toenemende wondlekkage
- Toenemende pijn

Tip: Heeft u een nieuwe heup of knie gekregen; raadpleeg dan ook uw informatiemap.

Vragen?

U kunt ons gewoon bellen

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen, neem dan contact op of kijk op www.olvg.nl
Heeft u vragen over de vergoeding of betaling? Neem dan contact op met uw zorgverzekeraar of kijk op www.olvg.nl/zorgnota

Meer informatie online

Meer informatie vindt u ook op de volgende website(s):

- www.olvg.nl/orthopedie

Contact

polikliniek Orthopedie, locatie Oost en locatie West

T 020 5108 8 84 (ma t/m vrij 8.00 – 16.30 uur)

Verpleegafdeling Orthopedie, locatie West

T 020 510 82 35 (buiten kantoor tijden)

route B5

Oost
Oosterpark 9
1091 AC Amsterdam

West
Jan Tooropstraat 164
1061 AE Amsterdam

Spuistraat
Spuistraat 239 A
1012 VP Amsterdam

IJburg
IJburglaan 727
1087 CH Amsterdam

Algemene voorwaarden: www.olvg.nl/algemene_voorwaarden. Klacht of opmerking: ga naar www.olvg.nl/klacht

Redactie en uitgave: Marketing en Communicatie, 23 juni 2017, 3205