

# Ontslagbericht, instructies voor thuis

## Verpleegafdeling 5 Noord

### Inleiding

U heeft tijdens deze opname een behandeling ondergaan op de afdeling 5 Noord van ZGT, locatie Almelo.

De reden voor opname was

.....  
 .....

In deze folder geven wij u enkele adviezen omtrent de nazorg wanneer u weer thuis bent.

De aangekruiste punten zijn voor u van belang, de overige punten zijn voor u niet van toepassing. De verpleegkundige zal bij de aangekruiste punten een toelichting geven.

Bij vragen kunt u contact opnemen met uw huisarts of behandelend specialist.

Bij complicaties kunt u buiten kantooruren bellen met het ZGT; **088 708 78 78** en u laten door verbinden met de eerste hulp.

### Wondverzorging

- U mag douchen als u thuis bent. De wond mag echter niet "verweken" daarom kunt u kort na ontslag beter geen bad nemen en niet gaan zwemmen.
- Wanneer de wonden droog en dicht zijn hoeft er geen verband op. Wanneer de wonden open zijn of lekken moet er wel een wondverband worden gebruikt. Dit wordt in overleg met u of de wijkverpleegkundige gedaan
- Het is normaal dat de operatiewond nog een tijdje gevoelig is. Er bestaat na een operatie altijd een kans op een wondontsteking. Dit herkent u aan:
  - Roodheid van de huid (eventueel aftekenen om te zien of het toeneemt)
  - Toenemende zwelling rond de wond
  - Pijn
  - Koorts >38.5 graden
- Hechtingen moeten na 14 dagen worden verwijderd. Dit gebeurt op de polikliniekafspraak.
- Verband materiaal komt via Mathot. Dit is een leverancier voor zorgproducten. Het verband wordt bij u thuis afgeleverd.
- U krijgt een folder van Mathot mee bij ontslag. Hier staat het telefoonnummer in om eventueel u verband materiaal te wijzigen of aan te vullen.
- Vanuit het ziekenhuis krijgt u voor 24 uur verband materiaal mee.
- Verbandmateriaal wordt geregeld via de farmazorg.
- Via farmazorg, het ligt dan klaar bij uw eigen apotheek

#### Almelo

Zilvermeeuw 1

Postbus 7600

7600 SZ Almelo

#### Hengelo

Geerdinksweg 141

Postbus 546

7550 AM Hengelo

 facebook.com/ZGTinfo

 twitter.com/ZGT\_info

 linkedin.com/company/zgt

 youtube.com/user/ZGTinfo

 zgt.nl - zgt.nl/mijnzgt

### Mobiliteit

- U kunt uw activiteiten geleidelijk uitbreiden. Houd er daarbij rekening mee dat u recent geopereerd bent. Bouw uw activiteiten geleidelijk op, het is beter te beginnen met enkele keren kort te oefenen dan 1x heel lang. Het lichaam geeft zelf aan hoe ver u kunt gaan.
- Houd rekening met het feit dat u operatiewonden heeft, probeer de wonden te ontzien door bijvoorbeeld niet met opgetrokken benen te zitten of de benen over elkaar te slaan.
- Fietsen of autorijden, mag zodra de wonden genezen zijn en zodra uw conditie het weer toelaat. Houd er rekening mee dat u door de operatie mogelijk verzwakt bent en trager reageert.
- Het kan lang duren voordat u weer helemaal de oude bent. U zult merken dat u snel moe bent. Dit is normaal na een operatie. Door regelmatig te oefenen en uw activiteiten geleidelijk aan uit te breiden kunt u uw conditie verbeteren.

### Voeding

- Normaal
- Licht verteerbaar
- (koud) vloeibaar
- Normaal eten, niet te warm (afgekoeld)
- Anders namelijk.....

### Medicatie

Medicatie kunt u na 17.00 uur ophalen bij u eigen apotheek of indien u dat wilt wordt het bezorgd.

### Pijnbestrijding (zo nodig gebruiken)

- Diclofenac 3 x daags 50 mg
- Pantoprazol 1x daags 20 mg per 24 uur
- Paracetamol tabletten (max 4xdd 2 tabl. á 500 mg)
- Paracetamol zetpillen
- Ander recept.....

### Bij een buikoperatie

- Na een buikoperatie kan een hoestbui geen kwaad. Ook persen - bijvoorbeeld bij de ontlasting - is niet gevaarlijk.
- In verband met de buikwond mag u 6 weken lang niet zwaar tillen (ook oppassen met zware huishoudelijke taken bijvoorbeeld: stofzuigen, ramen wassen).

### Contact opnemen

- Nabloeden
- Koorts boven de 38,5°C
- Aanhoudende pijn

Tot 14 dagen na het ontslag kunt u bij problemen contact opnemen met de polikliniek chirurgie;

- Gastro-enterologische en oncologische chirurgie; telefoonnummer 088 708 52 31.

Na deze periode kunt u contact opnemen met uw eigen huisarts.

### Controleafspraak

U krijgt uw controleafspraak thuis gestuurd. Indien u na ..... dagen/ weken nog geen bericht hebt ontvangen kunt u met onderstaand telefoonnummer tijdens kantooruren contact opnemen.

Gastro-enterologische en oncologische chirurgie, telefoonnummer 088 708 52 31.

### Overige instructies

---

---

---

---

---

---

---

### Tot slot

Heeft u na het lezen van deze tekst nog vragen, stelt u die dan gerust aan uw behandelend arts of verpleegkundige.