

## Ontslagbericht, instructies voor thuis

U heeft tijdens deze opname een behandeling ondergaan in het ZGT. In deze folder geven wij u advies over de nazorg wanneer u weer thuis bent.

De reden van opname was

.....

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

### Complicaties

Bij complicaties kunt u buiten kantooruren contact opnemen met de afdeling spoedeisende hulp, telefoonnummer 088 708 78 78.

### Wondverzorging

- Douchen
- Eén week niet te warm douchen
- Verband droog houden
- Verband verwijderen op.....
- Niet snuiten
- Sprotje verwijderen op controle afspraak
- Hechtpleisters laten zitten
- Verband verwisselen indien nodig
- Drukverband laten zitten
- Tot aan controle afspraak niet zwemmen
- 's Nachts moet u twee keer drinken gedurende 1 week
- Eén week in ieder geval niet roken

### Pijnbestrijding (zo nodig gebruiken)

- Diclofenac 3x daags 50 mg
- Pantoprazol 1x daags 20 mg
- Paracetamol tabletten max. 4x daags 2 tabletten à 500 mg
- Paracetamol zetpillen 1000 mg
- Ander recept.....

### Voeding

- Normaal
- (koud) Vloeibaar
- Gemalen
- Normaal eten, niet te warm (afgekoeld)
- Een week geen etenswaar met scherpe randen gebruiken (bijvoorbeeld patat, chips et cetera)
- Een week niet te gekruid eten
- Veel drinken
- Geen rode dranken (dit maskeert een nabloeding)
- Een week in ieder geval geen alcohol drinken

### Bewegen

- Geen beperkingen
- Per neusgat te snuiten (dus niet de neusgaten tegelijk dichtdrukken)
- Niezen met een open mond in een zakdoek
- Tot aan de controleafspraak mag u geen zware huishoudelijke werkzaamheden verrichten

### Werk of sport

- Na.....mag u weer werken
- Na.....weken mag u weer sporten
- De specialist vertelt u tijdens de controleafspraak wanneer u weer kunt werken en sporten
- Geen beperkingen

### Contact opnemen bij:

- Nabloeding
- Koorts > 38.5°C langer dan 2 dagen
- Koorts > 39.0°C contact opnemen met de huisarts
- Aanhoudende pijn
- Verandering van wondgebied, zoals roodheid, zwelling of lekkage

#### 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

### **Medicatie**

Medicatie kunt u na 17.00 uur ophalen bij uw eigen apotheek. U kunt het ook laten bezorgen.

### **Controleafspraak**

U krijgt de datum en tijd van uw controleafspraak thuis gestuurd. De brief voor de controleafspraak is naar uw huisarts gestuurd.

### **Vragen**

Heeft u naar aanleiding van deze folder vragen? Tot 14 dagen na het ontslag kunt u bij problemen contact opnemen met de polikliniek KNO, telefoonnummer 088 708 33 50. Na deze 14 dagen kunt u contact opnemen met uw huisarts. Meer informatie vindt u ook op [zgt.nl](http://zgt.nl).

### **Check uw dossier op MijnZGT**

MijnZGT is het patiëntenportaal van ZGT. U kunt op MijnZGT via uw computer, tablet of mobiel delen van uw medisch dossier inzien, persoonlijke gegevens checken, of bijvoorbeeld vragenlijsten invullen die wij voor u hebben klaargezet. Kijk voor meer informatie op: [zgt.nl/mijnzgt](http://zgt.nl/mijnzgt).