

# Instructies en leefregels na een vaatoperatie

## Verpleegafdeling 5 zuid

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

De reden voor uw opname was

.....

### Wondverzorging

- U mag douchen als u thuis bent. De wond mag echter niet "verweken" daarom kunt u tot twee weken 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.
- Het is normaal dat de operatiewond nog een tijdje gevoelig is. Ook bestaat er na een operatie altijd een kans op een wondontsteking. Dit herkent u aan:
  - Roodheid van de huid (eventueel aftekenen om te zien of het toe neemt)
  - Toenemende zwelling rond de wond
  - Pijn
  - Koorts >38.5 graden
- Hechtingen moeten na 14 dagen worden verwijderd. Dit gebeurt op de poli- afspraak.
- Verband materiaal kunt u ophalen bij de apotheek voordat u het ziekenhuis verlaat. Dit kan bij de dienstapothek of poliklinische apotheek. De verpleegkundige neemt dit met u door.

### 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.

### Medicatie

Medicatie kunt u na 17.00 uur ophalen bij uw eigen apotheek of indien u dat wilt, wordt het bezorgd. Een andere optie is om de medicatie mee te nemen vanaf de poliklinische apotheek van ZGT voordat u het ziekenhuis verlaat. De verpleegkundige zal met u de mogelijkheden doornemen.

#### 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

### **Bij een operatie aan de benen**

- De eerste tijd kan het been nog dik zijn en kan het gespannen aanvoelen. Hoog houden van het been, bijvoorbeeld door bij het zitten het been op een stoel of krukje te leggen, kan helpen.
- Het is heel belangrijk om uw voeten goed te verzorgen zodat er geen wondjes ontstaan. Een pedicure kan helpen bij de voetverzorging.

### **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.

### **Complicaties**

Als uw voet of been verandert van kleur (heel bleek) of u merkt temperatuurverschil (heel koud), toenemende pijnklachten of ontsteking van de wond dan kunt u binnen kantooruren contact opnemen met de polikliniek chirurgie 088 708 52 43.

Buiten kantooruren neemt u contact op met de huisartsenpost of ZGT 088 708 78 78 en laat u zich doorverbinden met de eerste hulp.

### **Tot slot**

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

### **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](https://zgt.nl/mijnzgt).