

## Leefregels na het verwijderen van de galblaas

*U bent geopereerd aan uw galblaas in Meander Medisch Centrum. Uw chirurg of verpleegkundige heeft u ongetwijfeld een aantal leefregels/aandachtspunten gegeven voor als u weer naar huis gaat. In deze folder kunt u de belangrijkste zaken nog eens rustig nalezen. Het is daarbij goed te bedenken dat het gaat om algemene informatie: omstandigheden en ervaringen van patiënten kunnen van patiënt tot patiënt verschillen. We vertellen u aan welke zaken u moet denken, wat u beter wel of niet kunt doen en wie u kunt bellen als u dringende vragen heeft.*

### Naar huis

#### Vervoer

Wij adviseren u om niet zelfstandig naar huis te gaan. U kunt familie of een kennis vragen om u op te halen.

#### Informeren van de huisarts

Uw behandelend arts informeert uw huisarts of andere behandelaar over uw operatie. Hij/zij zal uw huisarts op de hoogte stellen van uw behandeling en de nazorg.

#### Controle/nabehandeling

De arts heeft met u gesproken over een eventuele controle of nabehandeling. Voor de controle wordt een afspraak gemaakt op de polikliniek. De verpleegkundige bespreekt met u welke afspraken er eventueel voor u gemaakt zijn.

### Wat mag u wel en niet doen na de operatie?

#### Algemene leefregels

De operatie heeft invloed op uw lichamelijke conditie. Wij adviseren u om goed naar uw lichaam te luisteren en uw activiteiten rustig op te bouwen. U voelt zelf wanneer u het rustiger aan moet doen. Met alle bewegingen en activiteiten die pijnlijk zijn, moet u de eerste tijd na het ontslag rustig aan doen. U kunt uzelf gewoon weer wassen en 48 uur na de ingreep mag u weer douchen.

#### Eten en drinken

Na de operatie heeft u geen dieetbeperking. Als u merkt dat bepaald voedsel klachten geeft, laat dit dan staan en probeer het later nog eens. Het is de bedoeling dat u na korte tijd weer eet wat u gewend was.

[www.meandermc.nl](http://www.meandermc.nl)  
[mijn.meandermc.nl](mailto:mijn.meandermc.nl)

#### Bezoekadressen:

Meander Medisch Centrum  
Maatweg 3  
3813 TZ Amersfoort

Locatie Baarn  
Molenweg 2  
3743 CM Baarn

Locatie Barneveld  
(Medisch Centrum de Burgt)  
Nederwoudseweg 17  
3772 TD Barneveld

Locatie Bunschoten  
(Gezondheidscentrum Scala Medica)  
Chopinstraat 2D  
3752 HR Bunschoten-Spakenburg

Locatie Leusden  
(Medisch Centrum de Mulderij)  
De Mulderij 2  
3831 NV Leusden

Locatie Nijkerk  
(De Nije Veste)  
Oranjelaan 104  
3862 CX Nijkerk

#### Postadres:

Postbus 1502  
3800 BM Amersfoort

#### Telefoonnummers:

Algemeen: 033 – 850 50 50  
Afspraken: 033 – 850 60 70

#### KvK Gooi en Eemland:

32082917

### Wondverzorging

U kunt de pleisters 2 dagen na de ingreep verwijderen. Als de wondjes droog zijn, hoeven er geen nieuwe pleisters op. Indien er een bruine hechtpleister op zit, mag u deze na 7 tot 10 dagen verwijderen.

### Medicijnen

Indien nodig mag u tot 4 keer per dag 2 tabletten paracetamol van 500 mg innemen, dus iedere 6 uur. Indien nodig kunt u naast de paracetamol, ibuprofen 400 mg gebruiken. Het is dan wel van belang dat u daarvoor niet allergisch bent en geen maagklachten heeft. U kunt uw huisarts advies vragen over het gebruik. Soms krijgt u van de chirurg een recept voor extra pijnmedicatie mee. Deze medicijnen kunt u ophalen bij de Meander Apotheek of bij uw eigen apotheek. U kunt pijnklachten tussen de schouderbladen/ het middenrif verwachten na de ingreep. Dit komt door de ingeblazen lucht tijdens de operatie. Deze klachten verdwijnen na enkele dagen vanzelf.

### Sport of werk hervatting.

U kunt sport of werk hervatten op geleide van de pijn of in overleg met de arts.

### Wie kunt u bellen als u thuis bent en er is iets mis?

Als u weer naar huis gaat, kan het zijn dat u last krijgt van een verhoogde lichaamstemperatuur. Een temperatuur tot 38,0 graden Celsius is normaal. Maakt u zich daarover geen zorgen.

Maakt u zich zorgen of heeft u andere problemen als gevolg van het onderzoek/de behandeling, dan kunt u bellen met uw specialist in het ziekenhuis.

Bij een **meerdaagse opname** geldt:

- Tot één week na het onderzoek/de behandeling belt u het ziekenhuis via 033 – 850 50 50.
- Vraagt u **tijdens kantooruren** (8.00 - 17.00 uur) naar de polikliniek van het betreffende specialisme.
- Vraagt u **buiten kantooruren** (17.00 - 8.00 uur) naar verpleegafdeling van het betreffende specialisme.

Bij een **behandeling in dagopname** geldt:

- Tot één week na het onderzoek/de behandeling belt u het ziekenhuis via 033 – 850 50 50.
- Vraagt u **tijdens kantooruren** (8.00 - 17.00 uur) naar de polikliniek van het betreffende specialisme.
- Vraagt u **buiten kantooruren** (17.00 - 8.00 uur) naar de Spoedeisende Hulp.

Bij problemen meer dan een week na ontslag neemt u eerst contact op met uw huisarts of met de Huisartsenpost, tenzij anders is afgesproken met de specialist

### Vragen

Heeft u nog vragen over uw operatie, stelt u deze dan op uw controle-afspraak aan uw chirurg. Het is verstandig uw vragen van tevoren op te schrijven. Dan weet u zeker dat u niets vergeet.

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

### Website

---

Op [www.meandermc.nl](http://www.meandermc.nl) vindt u informatie over het ziekenhuis, behandelingen, onderzoeken en opname. Ook kunt u hier alle patiënten folders bekijken.

Wij wensen u een spoedig herstel!

juni\_2016