

## Leefregels na een lies-, litteken- of navelbreukoperatie

*U bent geopereerd aan een lies-, litteken- of navelbreuk 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.

#### Overdracht naar 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 een eventuele controle wordt voor u 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 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. Na sommige operaties is het verstandig dat u enkele weken niet zwaar tilt. Als dit voor u van toepassing is, hoort u dit van de verpleegkundige en/of uw arts.

Het is wel goed om af en toe in beweging te zijn om trombose(bloedstolsels) te voorkomen.

### Eten en drinken

Het is verstandig om de eerste dagen vezelrijk te eten en veel te drinken, zodat de stoelgang goed op gang komt.

### Lichamelijke verzorging en wondverzorging

U mag zich twee dagen na de operatie weer douchen. Als u hechtpleisters (bruin) op de wond heeft, mag u zich de dag na de operatie alweer douchen. Witte operatiepleisters mag u de dag na de operatie verwijderen; als de witte pleister nat is (bloed) mag u deze eerder verschonen. Indien u een (bruine) hechtpleister op de wond(jes) heeft, mag u deze 10 dagen na de operatie verwijderen. Het kan zijn dat u witte pleisters heeft met daaronder bruine hechtpleisters. In dat geval mag u de witte pleisters na een dag

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

verwijderen, de hechtpleisters laat u dan 10 dagen zitten.

Uw hechtingen worden op de polikliniek verwijderd / lossen op / mag u over ..... dagen bij uw huisarts laten verwijderen.

### Roken

Wij adviseren u pas te roken als u weer thuis bent. Na de ingreep kunt u onwel worden van de eerste sigaret. Roken in het algemeen beïnvloedt de wondgenezing nadelig.

### Medicijnen

Wij adviseren u om indien nodig tot vier keer per dag twee tabletten Paracetamol van 500 mg in te nemen, dus iedere 6 uur. Indien nodig krijgt u een recept voor extra medicijnen mee. Deze medicijnen kunt u ophalen bij de Meander Apotheek of bij uw eigen apotheek.

### Specifieke aandachtspunten

Bij mannen kan na een liesbreukoperatie de balzak blauw en gezwollen zijn, dit is normaal. Tijdens een kijkoperatie wordt er koolzuurgas gebruikt voor een beter zicht voor de operateur. Dit kan pijn tussen de schouderbladen en/of middenrif veroorzaken. Deze klachten verdwijnen vanzelf na enkele dagen.

---

---

---

## Wat te doen bij...?

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. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_

## 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!