

## Weer naar huis na een borstsparende operatie

*U verbleef bij ons op de afdeling omdat u een chirurgische ingreep heeft ondergaan aan de borst. Uw behandelaar, arts of verpleegkundige heeft u alvast aandachtspunten verteld voor als u weer naar huis gaat. In deze folder kunt u de belangrijkste zaken nog eens rustig nalezen. Het is goed daarbij te bedenken dat het gaat om algemene informatie. Omstandigheden en ervaringen 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.

#### 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.

De hechtpleisters worden bij het polibezoek verwijderd; u zult meestal zelfoplosbare hechtingen hebben, deze hoeven niet verwijderd te worden.

Op de polikliniek krijgt u van de chirurg de uitslag van het PA (= pathologisch anatomisch) onderzoek.

## 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.

### Activiteiten

- Sport- of werkhervatting op geleide van pijn of in overleg met uw huisarts of Arbo-arts.
- Het is verstandig regelmatig in beweging te zijn, om trombose (bloedstolsels) te voorkomen.

### Medicijnen

Als u geen recept hebt meegekregen, mag u als pijnstilling paracetamol, zo nodig 4 maal daags 1000 mg, gebruiken. U kunt dit ook in de vorm van een zetpil gebruiken.

De eerste dagen na de operatie heeft u over het algemeen de meeste pijnklachten. In de loop van de week kunt u naar eigen inzicht de pijnstillers afbouwen.

#### 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 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

[www.meandermedischcentrum.nl](http://www.meandermedischcentrum.nl)

## Verzorging

Het is verstandig overdag en 's nachts een BH te dragen als steun voor de wond. U mag zich de dag na de operatie weer douchen; de witte operatiepleister mag u dan verwijderen, de (bruine) hechtpleisters moet u daarbij laten zitten omdat ze de wondranden bij elkaar houden. Als de hechtpleister aan één kant loslaat, dan alleen het losse gedeelte van de pleister afknippen.

Twee weken na de operatie kunt u het litteken insmeren/masseren met een vitamine E crème of calendulazalf.

## 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.

## Wat te doen bij?

Wanneer u koorts krijgt waarbij de temperatuur hoger is dan 38,0 graden, wanneer er sprake is van een nabloeding, of als u zich zorgen maakt, neemt u contact op met de polikliniek of de afdeling waar u verbleef of met de mammacareverpleegkundige.

## Contact

### Telefoon

U kunt het ziekenhuis bereiken via het algemene telefoonnummer: 033 - 850 5050. U krijgt dan een telefonist(e) aan de lijn. Vraagt u naar de betreffende afdeling of zorgverlener. De telefonist(e) verbindt u door.

### Wijzigen of afzeggen afspraak

Als u een afspraak wilt maken of verzetten belt u met het afsprakennummer: 033 – 850 60 70.

### Website

Op [www.meandermedischcentrum.nl](http://www.meandermedischcentrum.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!