

## Keeloperatie, leefregels

*U verbleef bij ons op de afdeling omdat u een keeloperatie heeft ondergaan. 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.

#### Medicijnen mee

U krijgt een recept mee voor pijnmedicatie. U kunt deze medicijnen ophalen bij uw eigen apotheek of in Amersfoort ook bij de Meander Apotheek. Bent u klinisch opgenomen, dan worden de medicijnen op uw kamer afgeleverd.

#### Overdracht naar huisarts

Uw behandelend arts informeert uw huisarts of andere behandelaar.

#### 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.

### Eten en drinken

- Het is van belang om ook thuis regelmatig te drinken.
- U mag gewoon eten en drinken. Laat uw eten en drinken wel goed afkoelen gedurende de eerste 7 dagen na de operatie.
- Wij adviseren u na het eten te spoelen met water, om de wond te reinigen.
- Als u melkproducten gebruikt, adviseren wij u hierna een glas water te drinken om het gevoel van slijmvorming te voorkomen.
- Koude dranken, ijsjes en koude appelmoes zijn goed tegen de pijn en de zwelling.
- Wanneer u rookt, probeer dan de eerste week zo weinig mogelijk te roken om de genezing te bevorderen.

[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

### Activiteiten

Hervat uw werkzaamheden en eventuele sport(-en) in overleg met uw KNO-arts. Houd in principe twee weken rust en ga niet sporten.

### Medicijnen

- Gebruik bij pijn de medicatie zoals die op het recept aangegeven staat. U kunt de medicijnen het best op vaste tijden innemen.
- 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.

### Verzorging, zon, zonnebank

Gedurende de eerste week na de operatie mag u het hoofd- en halsgebied niet te heet douchen, niet zonnebaden en niet in de sauna.

### Nawerking verdoving en pijnstilling

#### Narcose

Wanneer u onder narcose bent behandeld, kan het voorkomen dat u zich enige tijd na de behandeling/het onderzoek nog niet helemaal fit voelt. Het kan zijn dat u last van spierpijn heeft.

#### Wat kunt u verwachten?

Er ontstaat een wit beslag op de wonden in uw keel. Dit is normaal en verdwijnt vanzelf na ongeveer zeven dagen. Tot die tijd heeft u vaak een weeïg ruikende uitademingslucht.

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

Wanneer u koorts krijgt waarbij de temperatuur hoger is dan 38,5 graden of wanneer er sprake is van een nabloeding, neemt u dan contact op met de polikliniek KNO. Buiten kantoor tijden neemt u contact op met de Spoedeisende Hulp. U kunt de polikliniek en de Spoedeisende Hulp bereiken via het algemene telefoonnummer: 033 – 850 50 50. Als u zich zorgen maakt of vragen heeft, kunt u altijd contact opnemen met de polikliniek of afdeling waar u bent behandeld.

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

Wij wensen u een spoedig herstel toe!