

Richtlijnen na liesbreukoperatie

Inleiding

Vandaag werd bij u een ingreep verricht, waarbij de liesbreuk verwijderd is via een snede of een kijkoperatie. Op de plaats van de breuk is een synthetisch 'matje' gehecht. Dit geeft goede stevigheid.

De eerste dagen na de ingreep

Als u onder algehele narcose bent geweest adviseren wij u, de dag van de operatie en de dag erna, het volgende: blijf thuis, rust veel, gebruik kleine licht verteerbare maaltijden, gebruik geen alcohol, rijd geen auto, motor of (brom)fiets en hanteer geen scherpe voorwerpen; uw concentratie- en beoordelingsvermogen kunnen verminderd zijn na de narcose. Regelmatig komen keelpijn en spierpijn voor na de operatie. Dit is normaal en gaat meestal vanzelf over. Tevens kan het zijn dat u nog enige tijd na de operatie snel vermoeid bent.

Pijn

- Na de ingreep kunt u de eerste paar dagen zeker pijn hebben, vooral in een zittende of liggende houding. Probeer u hierbij zelf een juiste houding te vinden. Vaak is staan en lopen het minst pijnlijk.
- Als u moet hoesten, kunt u de wond met de hand ondersteunen.
- In principe geldt: "wat kan, dat mag". Dit betekent dat u bijvoorbeeld mag wandelen, fietsen, tillen en/of sporten als uw conditie dat toelaat.

Gebruik de eerste dagen pijnstillende middelen. Door de pijnvermindering beweegt u zich weer makkelijker. Wees hier niet bescheiden in. U kunt de middelen gebruiken die u voorgeschreven zijn en daarnaast kunt u paracetamol 500 mg, maximaal 3000 mg

per dag gebruiken. Na een paar dagen tot een week wordt de pijn (met flinke rust) een stuk minder. In de meeste gevallen kunt u dan ook een aantal werkzaamheden hervatten. Dit kan verschillen per persoon. Als de pijn niet afneemt, of juist erger wordt, dan kunt u contact opnemen met de afdeling waar u verbleef.

Temperatuur

Wanneer uw temperatuur hoger blijft dan 38,5 °C, moet u de afdeling bellen.

Bloedverlies en/of zwelling

Enig bloedverlies en/of een zwelling is normaal. Het bloedverlies kan zichtbaar zijn, maar kan zich ook inwendig (onder de huid) voordoen. Dan doet het extra pijn en is het boven de pleister opgezet. In de omgeving van de wond en het scrotum kan het blauw zijn en verdikt. Dit is gewoon, in normale omstandigheden. Wanneer het bloedverlies voor uw gevoel veel is, moet u contact opnemen met de afdeling. Als u een kijkoperatie heeft ondergaan, lijkt het soms of de zwelling er nog zit en de breuk niet is weggehaald. Maakt u zich geen zorgen, dit is vocht in de holte waar de liesbreuk zat en verdwijnt na ongeveer 2 weken.

Douchen

U kunt thuis gewoon douchen. Na het douchen kunt u de pleister verschonen. Als de wond droog is, hoeft u er geen pleister meer op te doen.

Hechtingen

De hechtingen zijn oplosbaar en verdwijnen vanzelf na 4 tot 6 weken.

Controle

De controle vindt in overleg met de behandelend specialist plaats. De behandelend specialist spreekt de

resultaten en de verdere behandeling met u door.

Vragen en problemen

Als u na thuiskomst nog vragen heeft of onverwachte klachten krijgt, dan kunt u altijd via het ziekenhuis uw behandelend

specialist opbellen, telefoonnummer 020 - 755 7000. Als deze niet bereikbaar is, verbindt men u door met het dienstdoende avond- of nachthoofd. U kunt dan met deze de vragen of klachten bespreken. Met vragen kunt u ook terecht bij uw huisarts.

Aandachtspunten voor (verzorging) thuis

Volg de instructie van de verpleegkundige, de aangekruiste helpen als geheugensteun.

Lichamelijke activiteiten hervatten

- Normaal zoals gebruikelijk
- Mag lopen
- Licht belasten _____
- Niet sporten _____ gedurende: _____
- Douchen _____
- Bad _____

Extra (oefeningen) doen

- _____
- Beslist niet doen: _____

Werkzaamheden hervatten als u daartoe in staat bent

- Ja, u mag dit zelf bekijken
- Nee voorlopig niet _____ gedurende: _____
- Werkzaamheden aanpassen: _____

Voeding

- Normaal (licht verteerbaar)
- Zacht dieet: _____ gedurende: _____
- Vloeibaar: _____
- _____

Wondverzorging en behandeling

- Verband verwijderen na: _____
- _____
- _____

Innemen voorgeschreven pijnmedicatie

- Zoals voorgeschreven en aan u geïnformeerd
- Volgens meegegeven recept
- _____

Overige (eigen) medicatie

- N.v.t.
- Gewoon doorgaan en hervatten
- Aanpassen en/of extra medicatie _____

In de volgende situaties moet u contact opnemen met het ziekenhuis:

- **Nabloeden**
- **Overmatig bloedverlies**
- **Bij temperatuur hoger dan 38,5 °C**
- **Bij niet te onderdrukken pijn**
- **Erge zwelling van operatiegebied**