

# Leefregels na een longoperatie

Chirurgie



Beter voor elkaar

# Leefregels na een longoperatie

## Inleiding

In deze folder vindt u informatie over leefregels na de operatie aan de longen. Heeft u nog vragen, stel deze dan gerust aan uw behandelend arts of verpleegkundige.

## Dagelijkse activiteiten

Bij het ontslag kunt u meestal heel wat dingen zelf doen. Probeer thuis of in de vervolginstelling uw activiteiten verder op te bouwen, iedere dag iets meer, maar gun uw lichaam ook op tijd rust. U mag na de operatie licht huishoudelijk werk doen, ga hierbij niet over de pijngrens en wees voorzichtig met tillen.

## Werkhervatting

Meestal vindt werkhervatting plaats zodra u zich daar goed voor voelt. Bespreek met uw behandelend arts wanneer u uw werkzaamheden mag hervatten, dit kan per operatie verschillen.

## Fietsen en autorijden

U mag fietsen en autorijden wanneer u zich daar goed toe in staat voelt.

## Roken

Als u rookt is het verstandig om te stoppen met roken.

Roken heeft een slechte invloed op de ademhaling en op eventuele longkanker.

Wanneer u hulp wilt bij het stoppen met roken dan zou dit kunnen via de 'stop-met-roken poli' van het Ikazia Ziekenhuis. Neem hiervoor contact op met de verpleegkundige van de afdeling tijdens uw opname. Na uw ontslag kunt u contact opnemen met de polikliniek Chirurgie. Stivoro biedt ook cursussen aan om u te ondersteunen bij het stoppen met roken.

## **Specifieke leefregels na een operatie aan de longen**

- u kunt een gekneusd en pijnlijk gevoel hebben rondom de plaats waar de operatie heeft plaats gevonden;
- er kan gevoelloosheid van de huid rond de wond optreden: dit treedt op wanneer een zenuw bij de ribben is geraakt. Uw huid kan dan enige tijd gevoelloos blijven;
- gedurende uw periode thuis is het goed om te wandelen om uw bloedsomloop te stimuleren en uw longcapaciteit op peil te houden;
- u kunt een aantal weken enigszins kortademig blijven. Dit is volkomen normaal en in verloop van tijd zal dit minder worden;
- vermijd activiteiten die spanning geven op het geopereerde gebied (bijvoorbeeld zware tuin werkzaamheden of zwaar tillen) gedurende 6 tot 8 weken na de operatie.

## **Psyche**

Na een operatie aan de longen zijn gevoelens als angst, onzekerheid en verdriet veelvoorkomende emoties. Het is niet altijd gemakkelijk om te accepteren dat u een longaandoening heeft. Soms helpt het erover te praten met anderen die hetzelfde hebben meegemaakt.

Het kan prettig zijn om meer te weten over de ziekte en de behandelmogelijkheden. U kunt ook contact opnemen met uw behandelend arts, uw huisarts en/of lotgenotencontact via de vereniging Longkanker Nederland.

## **Websites**

Longkanker Nederland  
[www.longkanker.nfk.nl](http://www.longkanker.nfk.nl)

## **Stivoro (stoppen met roken)**

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

Op onze website [www.ikazia.nl](http://www.ikazia.nl) kunt u onder andere aanvullende informatie vinden over de verpleegafdelingen 4A en 4B.



**Ikazia Ziekenhuis**  
Montessoriweg 1  
3083 AN Rotterdam  
[www.ikazia.nl](http://www.ikazia.nl)

Longoperatie, leefregels na een  
800772-NL / 2013-10