

Leefregels na een beschouwende behandeling op 4C/J

Dagbehandeling / Kort Verblijf



Beter voor elkaar

Inleiding

In deze folder vindt u algemene informatie over leefregels na een behandeling, onderzoek of pijnbehandeling. De verpleegkundige geeft aan welke leefregels voor u gelden.

Wat krijgt u mee naar huis?

Afhankelijk van de behandeling/ onderzoek krijgt u adviezen mee voor thuis. Het helpt u sneller beter te worden als u de adviezen over pijnmedicatie/voeding/oefeningen/wondverzorging goed volgt.

In sommige gevallen krijgt u een brief voor uw huisarts mee. Deze brief kunt u het beste op de eerstvolgende werkdag (laten) afgeven. U krijgt als dit nodig is een afspraak mee voor een volgend polikliniekbezoek of u krijgt uitleg van de verpleegkundige om zelf een afspraak te maken.

Algemene leefregels

- Luister goed naar uw lichaam, accepteer de grenzen die uw lichaam aangeeft.
- Roken verhoogt de kans op complicaties, daarom is het beter om te stoppen met roken. Als u daar behoefte aan heeft, kunt u vragen om de volgende folder: 'Stoppen met rokenpoli'.
- Het is belangrijk om goed te bewegen. Dit zorgt voor een kleinere kans op trombose.
- Als u bekend met Diabetes Mellitus kan het zijn dat na de pijnbehandeling de bloedsuikers soms een aantal dagen onregelmatig zijn.

Bel in de volgende situaties altijd met het ziekenhuis:

- Bij pijnklachten die niet minder of juist erger worden, en pijnstillers niet voldoende helpen.
- Als de wond rood en opgezet is.
- Bij nabloeding (helder rood bloed).
- Als de wond niet goed sluit.
- Bij koorts (temperatuur boven de 38 °C).
- Bij slechte bloeddorstrooming in de vingers en/of tenen als u gips en/of drukverband heeft.
- Bij twijfel kunt u altijd bellen!

Belangrijke telefoonnummers:

Algemeen: T 010 297 5000

SEH: T 010 297 5300

Poli T 010 297.....

Eventueel om zelf een poli- afspraak te maken als dit is afgesproken met de verpleegkundige.

Afspraken medicatie

De verpleegkundige adviseert u over de pijnstilling in het ontslaggesprek. Bij grote veranderingen in de medicatie geeft de verpleegkundige u een actueel medicatieoverzicht mee.

o Recept medicatie

o U moet gedurende dagen tromboseprikjes toedienen, u krijgt hier een folder over.

Trombosedienst

o Als het nodig is wordt uw trombosedienst door ons her-aangemeld; uw schema ontvangt u bij uw ontslag uit het ziekenhuis.

o Antistolling mag u na dagen weer starten.

Wondverzorging

o De pleister of het verband moet tot 48 uur na de operatie blijven zitten. Als u voor die tijd naar huis gaat, mag u pas twee dagen na de operatie/ behandeling douchen en het verband verwijderen.

o U mag 10 dagen niet in bad, in de sauna of in het zwembad.

o Tegaderm (doorzichtige pleister) 5 dagen laten zitten, hiermee mag u douchen.

Nazorg bij pijnbehandelingen

O Epiduroscopie

- In een aantal gevallen treedt na de behandeling napijn op bij het staartbeen of in de benen. Deze napijn kan enkele weken aanhouden maar verdwijnt altijd weer.
- U kunt voor de pijn een pijnstiller innemen (bijvoorbeeld Paracetamol volgens bijsluiter).
- Als u bekend bent met Diabetes Mellitus kan het zijn dat na de behandeling de bloedsuikers soms een aantal dagen ontregeld zijn.
- In zeldzame complicatie kan het ruggenmergvlies worden aangeprikt. Dit kan leiden tot tijdelijke hoofdpijn die meestal vanzelf verdwijnt. Als dit gebeurt, krijgt u het advies om veel te drinken en enkele dagen plat te liggen. Als de hoofdpijn na één week niet is verdwenen, neem dan contact op met uw arts voor verdere behandeling.
- Pas na enkele weken tot maanden kan het resultaat van de behandeling beoordeeld worden. Het is echter goed mogelijk, dat u al eerder een gunstig effect op de pijnklachten bemerkt.
- Bij gebruik van bloedverdunnende medicijnen, krijgt u van de arts advies hoe u dit na de behandeling kan voortzetten.
- U heeft een klein wondje aan de stuit dat vanzelf heelt.
- U mag met dit wondje wel douchen. In bad mag de eerste 3 dagen niet.
- U mag niet alleen naar huis en mag niet zelf autorijden.
- Bel bij koorts of andere klachten die niet normaal zijn met het ziekenhuis.

O Epiduraal injectie

- Na een behandeling kan er een doof gevoel optreden in armen, borst, benen en/of schaamstreek (dit verdwijnt na enkele uren wanneer de verdoving is uitgewerkt).
- Ook kunt u minder kracht hebben in armen of benen, ook dit is tijdelijk.
- U mag niet alleen naar huis en mag niet zelf autorijden.
- Bij gebruik van bloedverdunnende medicijnen, krijgt u van de arts advies hoe u dit na de behandeling kan voortzetten.
- Bij pijnklachten mag u een pijnstillert innemen (bijvoorbeeld Paracetamol volgens bijsluiter).
- Bel bij koorts of andere klachten die niet normaal zijn met het ziekenhuis.

O Wortelblokkade

- Bij pijnklachten mag u een pijnstillert innemen (bijvoorbeeld Paracetamol volgens bijsluiter).
- Na een wortelblokkade kan er napijn ontstaan.
- U mag niet zelf naar huis autorijden na de behandeling.
- Als u bekend bent met Diabetes Mellitus kan het zijn dat na de behandeling de bloedsuikers soms een aantal dagen ontregeld zijn.

O Qutenza (warmte pleister behandeling)

- In de Qutenza pleister zit de scherpe prikkelende stof capsaïcine. Die kan een hoest of niesprikkel veroorzaken.
- Het behandelde gebied kan enkele dagen gevoelig zijn voor warmte, douche / bad of flinke inspanning.
- Het kan een wat branderig gevoel geven en een coldpack geeft dan voldoende verkoeling.
- De pijn als gevolg van de behandeling neemt in enkele dagen af.
- Pijnvermindering treedt gemiddeld op na 7–14 dagen en kan 12 weken aanhouden.

O Marcainistatie heup

- U mag niet alleen naar huis of zelf autorijden.
- Bij pijnklachten mag u een pijnstillert innemen (bijvoorbeeld Paracetamol volgens bijsluiter).
- Als u bekend bent met Diabetes Mellitus kan het zijn dat na de behandeling de bloedsuikers soms een aantal dagen ontregeld zijn.

O SI–block (gewrichtsverdooving) van het sacro–iliacale gewricht

- U mag niet alleen naar huis autorijden.
- Uw bloedsuikerwaarden kunnen stijgen.
- Er kan tijdelijk krachtsverlies in het been optreden, dit moet vanzelf weer terug komen.
- Bij pijnklachten mag u een pijnstillert innemen (bijvoorbeeld Paracetamol volgens bijsluiter).
- Als u bekend bent met Diabetes Mellitus kan het zijn dat na de behandeling de bloedsuikers soms een aantal dagen ontregeld zijn.

Tot Slot

Heeft u naar aanleiding van deze informatie nog vragen, belt u dan met de polikliniek Pijnbestrijding.

Van maandag tot en met vrijdag te bereiken van 8.15 – 16.30 uur

T 010 297 54 30

Buiten deze tijden kunt u terecht op de Spoed Eisende Hulp

T 010 297 53 00



Let op: In deze folder staat informatie die belangrijk is voor u. Heeft u moeite met de Nederlandse taal? Lees deze folder dan samen met iemand die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

Please note: This leaflet contains information that is important for you. If you have trouble understanding the Dutch language, you should read this leaflet together with someone who can explain the information or translate it for you.

Dikkat: Bu broşür sizin için önemli bilgiler içerir. Hollandaca okumakta zorlanıyor musunuz? O zaman broşürü bilgileri sizin için çeviren ya da açıklayan biriyle okuyun.

Uwaga: Ta ulotka zawiera ważne dla Ciebie informacje. Masz trudności ze zrozumieniem języka holenderskiego? Przeczytaj tę ulotkę razem z kimś, kto przetłumaczy jej treść lub będzie w stanie wyjaśnić zawarte w niej informacje.

انتبه: هناك معلومات مهمة بالنسبة لك في هذا المنشور. هل تواجه صعوبة في اللغة الهولندية؟ اقرأ إذن هذا المنشور مع شخص آخر يترجم أو يشرح لك المعلومات.