

Chirurgie

## Aduiezen na Transanale microscopische microchirurgie (TEM)

### Contactgegevens Alrijne Ziekenhuis

Alrijne Ziekenhuis Leiden  
Houtlaan 55  
2334 CK Leiden  
071 517 8178

Alrijne Ziekenhuis Leiderdorp  
Simon Smitweg 1  
2353 GA Leiderdorp  
071 582 8282

Alrijne Ziekenhuis Alphen aan den Rijn  
Meteoorlaan 4  
2402 WC Alphen aan den Rijn  
0172 467 467

**U heeft een operatie ondergaan en uw lichaam heeft tijd nodig om verder te herstellen. Deze folder informeert u over de herstelperiode na de operatie. U vindt hierin adviezen die u kunnen helpen om het genezingsproces zo goed mogelijk te laten verlopen.**

## Algemeen

Vaak zult u de eerste tijd na de ingreep last houden van pijn. U mag pijnstilling innemen volgens afspraak. Als u eenmaal thuis bent, is het voor uw herstel van belang dat u actief blijft, maar uzelf niet overbelast. Het is daarom belangrijk om goed te luisteren naar de signalen die uw lichaam geeft. Dan merkt u vanzelf wat u wel en niet kan.

## Leefregels

- **Lichamelijke verzorging** - na de operatie mag u weer douchen en baden.
- **Belasting** - Gedurende 2 weken mag u geen zwaar huishoudelijk werk doen of zwaar tillen (niet meer dan 5 kg), zodat de wond voldoende tijd heeft om te genezen.
- **Voeding** - Het is belangrijk om uw ontlastingspatroon goed in de gaten te houden. Het kan de eerste 2 weken voorkomen dat u bij het laten van winden (flatus) en bij het hebben van ontlasting (defaecatie) last heeft van vocht en oud bloedverlies. We raden u aan om gedurende deze twee weken een maandverbandje te dragen. Verder raden we u aan om voldoende te drinken en vezelrijk te eten.
- **Werk** - U mag weer gaan werken als u denkt dat u daar weer toe in staat bent. Verricht u zware arbeid, bespreek dan tijdens uw controle afspraak bij de chirurg of en wanneer u weer mag gaan werken.
- **Verkeer** - U mag weer autorijden wanneer u zich daartoe in staat acht. In de eerste weken is uw reactievermogen verminderd. Houd daar rekening mee als u deelneemt aan het verkeer.

## Pijn en pijnstilling

Na de operatie kunt u nog enige tijd pijn hebben. Heeft u naast paracetamol extra pijnstilling nodig, dan krijgt u een recept mee bij ontslag.

## Direct contact opnemen

Bij iedere operatie worden uitgebreide voorzorgsmaatregelen getroffen om de kans op complicaties zo klein mogelijk te houden. Als u toch problemen krijgt die te maken hebben met de ingreep of behandeling in het ziekenhuis, kunt u dag en nacht contact opnemen met het ziekenhuis.

**Neemt u de eerste 30 dagen na de operatie direct contact op als:**

- u koorts heeft boven 38.5° C;
- het wondgebied rood, warm en opgezwollen wordt, vies ruikt en als u meer pijn krijgt, en/of als er meer vocht uit de wond komt;
- u plotseling toenemend kortademig wordt;
- u last krijgt van hevige pijnklachten;
- u flink misselijk wordt of braakt;
- u langer dan twee weken vocht/oud bloedverlies heeft bij het laten van winden (flatus) en de ontlasting (defaecatie).

## Tot slot

Denkt u eraan bij ieder bezoek aan het ziekenhuis een geldig legitimatiebewijs (paspoort, identiteitsbewijs, rijbewijs) en uw zorgverzekeringspas mee te nemen. Zijn uw gegevens (verzekering, huisarts, etc.) gewijzigd, meldt u dit dan bij de Patiëntenregistratie in de hal op de begane grond van het ziekenhuis. Wij stellen het op prijs als u zich tijdig meldt voor de afspraak. Mocht u onverwacht verhinderd zijn, geeft u ons dit dan zo snel mogelijk door. We kunnen met u dan een nieuwe afspraak maken en de vrijgekomen tijd voor een andere patiënt reserveren.

## Vragen

Heeft u nog vragen en/of opmerkingen naar aanleiding van de inhoud van deze folder, stelt u deze dan aan uw arts of de verpleegkundige van de afdeling. Bent u van mening dat in deze folder bepaalde informatie ontbreekt of onduidelijk is, dan vernemen wij dat graag.

De polikliniek Chirurgie is van maandag tot en met vrijdag tussen 08.30 en 16.30 uur telefonisch te bereiken via **071 582 8045**.

De polikliniek Chirurgie van Alrijne Ziekenhuis Leiden heeft routenummer 40.

De polikliniek Chirurgie van Alrijne Ziekenhuis Leiderdorp heeft routenummer 85.

De polikliniek Chirurgie van Alrijne Ziekenhuis Alphen aan den Rijn heeft routenummer 33.

U kunt voor vragen over de wond contact opnemen met het Wondcentrum op maandag t/m vrijdag van 8.30 tot 16.30 uur, via telefoonnummer 071 582 8092.

De Spoedeisende Hulp (SEH) van Alrijne Ziekenhuis Leiderdorp is bij een spoedeisende zorgvraag buiten kantooruren telefonisch te bereiken via 071 582 8905. Tijdens kantooruren staan de medewerkers van onze polikliniek u graag te woord.