Chirurgie / Coloncare

TEM of TAMIS (operatie aan de endeldarm via een kijkbuis), adviezen na

TEM of TAMIS

Contactgegevens ziekenhuizen van Alrijne

Leiden
Houtlaan 55
2334 CK Leiden
071 582 8282

Leiderdorp
Simon Smitweg 1
2353 GA Leiderdorp
071 582 8282

Alphen aan den Rijn
Meteoorlaan 4
2402 WC Alphen aan den Rijn
071 582 8282

www.alrijne.nl

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.

Wanneer kunt u weer naar huis?

U kunt eten en drinken zonder klachten.
De pijnklachten zijn onder controle.

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 last heeft van bloedverlies (bij het laten van winden (flatus) en bij het hebben van ontlasting (defaecatie)). 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 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.

Medicijnen 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.

U krijgt een recept voor Macrogol mee. U krijgt instructies hoe u Macrogol moet gebruiken.

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 38.5º C;
- u geen ontlasting heeft;
- u fors bloedverlies heeft;
- 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).

Contactgegevens

De medewerkers van de polikliniek Coloncare van Alrijne zijn bereikbaar van maandag tot en met vrijdag. Ons telefonisch spreekuur is tussen 08.30 en 09.30 uur, telefoonnummer **071 582 9320**. Buiten dit tijdstip krijgt u de secretaresse of een bandje met meer informatie. U kunt de casemanager ook bereiken via mail: coloncare@alrijne.nl

De Spoedeisende Hulp (SEH) van Alrijne Ziekenhuis is bij een spoedeisende zorgvraag buiten kantoortijden telefonisch te bereiken via **071 582 8905**.

Tot slot

Wat neemt u mee?

- uw (geldige) identiteitsbewijs (paspoort, ID-kaart, rijbewijs);
- uw medicatie-overzicht. Dat is een lijst met de medicijnen die u nu gebruikt. U haalt deze lijst bij uw apotheek.

Heeft u een andere zorgverzekering of een andere huisarts? Of bent u verhuisd? Geef dit dan door. Dat kan bij de registratiebalie in de hal van het ziekenhuis.
Zorgt u ervoor dat u op tijd bent voor uw afspraak? Kunt u onverwacht niet komen? Geeft u dit dan zo snel mogelijk aan ons door. Dan maken we een nieuwe afspraak met u.

Foldernummer 05.117, 03_26