Alrijne

Chirurgie

Adviezen na behandeling van een breuk van het bekken, de heupkom of het schaambeen

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 bent opgenomen geweest en uw lichaam heeft tijd nodig om verder te herstellen. Deze folder informeert u over de herstelperiode na de opname en/of ingreep. 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 opname 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 kunt.

Wanneer kunt u weer naar huis?

- U kunt weer gewoon bewegen met of zonder een loophulpmiddel (bijvoorbeeld een rollator of krukken).
- Als u thuis een trap heeft, kunt u traplopen. Als u dit niet kunt, moet er beneden een bed voor u staan.
- U heeft geleerd zelfstandig Fraxiparine® te spuiten of heeft iemand die dit voor u kunt doen.

Leefregels

- Lichamelijke verzorging: douchen en baden is toegestaan.
- Belasting: de arts bepaalt voor u hoe u het been mag belasten. Het is van belang om u aan dit voorschrift te houden tot aan het polikliniekbezoek. Tijdens het polikliniekbezoek kunt u met de arts bespreken of er iets veranderd moet worden in het belastingpercentage. Fietsen mag u alleen doen na overleg met uw arts.
- Voeding: het is belangrijk om uw ontlastingspatroon goed in de gaten te houden. We raden u aan om voldoende te drinken en vezelrijk te eten.
- Werk: u mag uw werk hervatten als u denkt dat u daar weer toe in staat bent. Verricht u zware arbeid, bespreek het hervatten van het werk dan tijdens uw controle afspraak bij de chirurg.
- Verkeer: u mag medisch gezien 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. Voor de periode dat u het been niet mag belasten, kunt u niet autorijden. We raden u aan ook uw polis van de verzekering te raadplegen.

Pijn en pijnstilling

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

Antistolling

Tijdens de opname bent u gestart met een bloedverdunnend medicijn (antistolling). Dit is een injectie (Fraxiparine®). Op voorschrift van de arts gaat u hier thuis mee verder. Dan krijgt u een recept hiervoor mee. U krijgt dan een formulier mee hoe u dit medicijn bij uzelf kunt injecteren. De verpleegkundige op de afdeling bespreekt dit met u en gaat u het injecteren aanleren.

Direct contact opnemen

Bij iedere opname 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 behandeling in het ziekenhuis, kunt u dag en nacht contact opnemen met het ziekenhuis. U vindt de contactgegevens op pagina 3 van deze folder.

Neemt u contact op met het ziekenhuis als:

- u koorts heeft boven 38.5ºC;
- u hevige pijnklachten heeft;
- bij tintelingen in de benen en bij krachtsverlies;
- u erg misselijk bent of braakt.

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.

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 12.00 uur en tussen 13.30 en 15.30 uur telefonisch te bereiken via **071 582 8045**.

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

Foldernummer 05.103, 08_25