

Chirurgie

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

### 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 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.

## 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 2 van deze folder.

### **Neemt u contact op met het ziekenhuis als:**

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

## **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.

## **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.

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

Tijdens kantooruren staan de medewerkers van onze polikliniek u graag te woord.