Chirurgie

Adviezen na perifere bypassoperatie

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 de TED-kous, die u in het ziekenhuis heeft gekregen, aan- en uittrekken. In het ziekenhuis wordt gekeken of thuiszorg nodig is. De TED-kous moet de eerste zes weken na de operatie overdag gedragen worden (tot aan de tweede controle in het ziekenhuis).
- 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 staan.

Wondverzorging

U heeft een wond overgehouden aan de operatie. Het wondverband wordt na 24 uur verwijderd in het ziekenhuis. Als de wond nog wondvocht lekt, wordt deze zo nodig verbonden met absorberend verband. De wond moet elke dag worden geïnspecteerd op roodheid, nalekken van wondvocht en het ontstaan van een geel laagje. Als dat het geval is, neemt u dan contact op met het ziekenhuis. Zie ook de alinea 'Direct contact opnemen'.

Na de ingreep wordt het behandelde been bijna altijd dikker doordat het vocht vasthoudt; dit is oedeemvorming. Door de zwelling kunnen wonden minder goed genezen en zouden ook nieuwe wonden kunnen ontstaan. Het is dan ook belangrijk om het been de eerste weken zo veel mogelijk hoog te leggen als u zit. De voet hoeft niet hoger te liggen dan uw heup. De TED- (steun-)kous moet u ook de eerste weken blijven gebruiken. Daarnaast kan er seroom (lymfevocht) ontstaan, met name op de plaats van de lieswonden. Dit geeft een zwelling onder het litteken. Deze doet geen pijn, en de wond is ook niet rood of warm. Dit is een lastig verschijnsel, maar u hoeft zich hierover geen zorgen te maken. Seroom kan ook zorgen voor de lekkage van helder vocht uit de wond. Als dit gebeurt, neem dan contact op met de polikliniek Chirurgie. Een van de artsen zal er dan naar kijken.

Leefregels

- Lichamelijke verzorging: 24 uur na de operatie mag u weer douchen. De eerste week niet te lang en te heet douchen. Na het douchen de wond goed droog deppen met een schone handdoek. De eerste twee weken na de operatie, of als de wonden nog niet helemaal dicht zijn, mag u niet zwemmen of in bad. De wond kan anders open weken en geïnfecteerd raken.
- Belasting: gedurende zes 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. Mocht u een wond in één of

beide liezen hebben, dan is het belangrijk om bepaalde houdingen te vermijden om te voorkomen dat er een 'knik' in de prothese komt. Hierdoor zou de bloeddoorstroming belemmerd kunnen worden. Daarom mag u niet te lang stilzitten, niet met uw benen over elkaar zitten en niet te lang hurken en knielen. Verder is het belangrijk om de eerste paar dagen 'onderuitgezakt' te zitten bij een lieswond. De bedoeling is dus dat u niet in een hoek van 90 graden zit.

- Leefstijl: uit onderzoek is gebleken dat bij mensen die blijven roken er een grotere kans bestaat op het ontstaan van nieuwe vaatafsluitingen. Daarom adviseren wij u te stoppen met roken. Daarnaast is het van belang een gezonde levenswijze te hanteren, zorg voor voldoende beweging en voorkom overgewicht. Met een kunststofprothese in uw lichaam is het belangrijk dat u zichzelf beschermt tegen infecties die door bacteriën worden veroorzaakt. Mocht u een tandheelkundige- of andere ingreep ondergaan, vertel u (tand)arts dan altijd dat u deze operatie heeft ondergaan. U krijgt dan uit voorzorg antibiotica.
- 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 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 u weer mag gaan werken.
- Verkeer: u mag weer autorijden als 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.

Antistolling

Na de operatie bent u gestart met een bloedverdunnend medicijn (antistolling). Dit kan Marcoumar® (fenprocoumon) of Plavix® (clopidogrel) zijn. Hiervoor krijgt u een recept mee. Als u Marcoumar® (fenprocoumon) bent gaan gebruiken dan krijgt u bij ontslag een afspraak mee voor de trombosedienst of de datum wanneer de trombosedienst u thuis komt prikken. De nacontrole wordt geregeld door de trombosedienst. Bij gebruik van Plavix® (clopidogrel) is controle door de trombosedienst niet nodig. Daarnaast krijgt u medicatie mee voor goede regulatie van uw cholesterol. Het bloedverdunnend medicijn en het medicijn voor uw cholesterol moet u beide levenslang gebruiken.
Het is verstandig om regelmatig bij de huisarts uw bloeddruk te laten controleren, evenals de waarde van het cholesterol in het bloed. De huisarts heeft daar een speciaal programma voor.

Aanvullende adviezen voor patiënten met Diabetes Mellitus

Mogelijk heeft u een verminderd gevoel in de voeten en aangetaste vaten door diabetes, waardoor u niet in de gaten heeft dat er wonden en/of drukplekken ontstaan op uw voet. Het is belangrijk om iedere één tot drie maanden uw voeten te laten controleren door een professional. Daarnaast is het van belang jaarlijks uw voeten door de huisarts of internist te laten onderzoeken.
Door de voeten goed te beschermen, kunt u voorkomen dat er wonden ontstaan. Een aantal tips:

- Binnen en buiten niet op blote voeten, sokken of slippers lopen;
- Zorg voor goede passende schoenen; laat deze aanmeten door een orthopedisch schoenmaker.
- Om een verandering aan uw voet tijdig op te merken is het belangrijk dat u uw voeten elke dag

controleert, wast en verzorgt. Als u dit zelf niet kunt, vraag dit dan aan familie/mantelzorg of thuiszorg. Eventueel kunt u gebruik maken van een spiegeltje. Het is van belang de voet(en) te controleren op de volgende punten:

- afwijking in kleur en huid;
- wondjes, kloven, drukplekken en blauwe plekken;
- nagelafwijkingen en ingegroeide nagels;
- standafwijking van de tenen;
- schimmelinfecties.

Bij een droge huid is het belangrijk de voet(en) in te smeren met een koelzalf, lanette crème of cetomacrogol, maar dit mag niet op wondjes of tussen de tenen worden gesmeerd. Na het wassen van de voeten, goed afdrogen tussen de tenen, zodat de huid niet verweekt.
Merkt u een afwijking tijdens de dagelijkse voetcontrole, neem dan contact op met uw arts, of eventueel ook met uw behandeld medisch pedicure, podotherapeut of diabetesverpleegkundige.

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;
- 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;
- er helder vocht uit de wond komt;
- u plotseling toenemend kortademig wordt;
- u last krijgt van hevige pijnklachten of nachtpijn;
- u flink misselijk wordt of braakt;
- u minder ver kunt lopen dan normaal;
- uw been rood, dik, gezwollen en/of pijnlijk wordt (dit kan wijzen op een verstopping van de diepe afvoerende aderen door gestold bloed: trombose).

Meer informatie

Wanneer u behoefte heeft aan meer informatie en/of lotgenotencontact, kunt u contact opnemen met: De Hart&Vaatgroep, van en voor mensen met een hart-of vaatziekte. Hier kunt u informatie krijgen over lotgenotencontact, leefstijl en bewegen, belangenbehartiging en vakantieweken.
Adres: Prinses Catherina-Amaliastraat 10, 2496 XD Den Haag. Telefoon: 088-1111600;
email: info@hartenvaatgroep.nl; internet: www.hartenvaatgroep.nl

Als u extra voorlichting wilt over verschillende hart- en vaatziekten kunt u terecht bij de Nederlandse Hartstichting.
Adres: Prinses Catharina Amaliastraat 10, 2496 XD Den Haag. Telefoon: 070-3155555/ 0800-8212480;
email: info@hartstichting.nl; internet: www.hartstichting.nl

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 05.105, 10_25