Chirurgie

Adviezen na EVAR-procedure

Endovasculaire Aorta Reconstructie

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 wondpleister elke dag verschonen en de huid schoonmaken met milde zeep (zeep die beter is voor de huid) en water totdat de huid genezen is. Dit is meestal na 3 tot 4 dagen. U krijgt nieuwe pleisters mee 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.

Wondverzorging

U heeft een klein wondje overgehouden aan de ingreep. Als u een drukverband heeft gekregen, wordt dit enkele uren na de ingreep verwijderd. Dit hangt af van de instructies van de radioloog. Onder het drukverband zit een pleister, deze wordt op de dag na de ingreep verwijderd. De huid wordt gereinigd met water en een milde zeep. Er wordt een schone pleister op de insteekopening geplakt. Het is belangrijk dagelijks de pleister te verschonen tot de huid genezen is. Meestal is dit na 3 tot 4 dagen.

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 droogdeppen met een schone handdoek. De eerste 2 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 6 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. Als u een wond in één of beide liezen heeft, is het belangrijk om bepaalde houdingen te vermijden om te voorkomen dat er een 'knik' in de prothese komt. Dit kan de bloeddoorstroming belemmeren. Daarom mag u de eerste 6 weken ook 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 mensen die blijven roken een grotere kans hebben op het ontstaan van nieuwe vaatafsluitingen. Daarom adviseren wij u te stoppen met roken. Uw huisarts kan u hierbij helpen. Daarnaast is het belangrijk gezond te leven. 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. Moet 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 - In de eerste weken is uw reactievermogen verminderd. Houd daar rekening mee als u deelneemt aan het verkeer. Om verzekeringstechnische redenen adviseren wij u niet zelf auto te rijden tot na het eerste polikliniekbezoek.

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 met 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.

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;
- u plotseling toenemend kortademig wordt;
- u last krijgt van hevige pijnklachten of nachtpijn;
- u flink misselijk wordt of braakt;
- er een verslechtering van de loopafstand is;
- 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, 2496XD 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, 2496XD 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 deze folder, stelt u deze dan aan uw arts of aan 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 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 met betrekking tot de wond contact opnemen met het Wondcentrum op maandag t/m vrijdag van 8.30 tot 16.30:
Wondcentrum, locatie Leiden:telefoonnummer 071 517 8031
Wondcentrum, locatie Leiderdorp: telefoonnummer 071 582 8092
Wondcentrum, locatie Alphen a/d Rijn:telefoonnummer 071 582 8905

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.