Chirurgie

Trombo-EndArteriëctomie (TEA), adviezen na

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 voor u staan.

Wondverzorging

U heeft een wondje overgehouden in de lies/liezen. Hier zit een negatieve druk therapie pleister (PICO) op. Deze pleister blijft 5 dagen zitten, tenzij er andere afspraken zijn gemaakt voor u. De pleister mag u dagelijks controleren op nalekken van wondvocht en de omgeving van de pleister wordt gecontroleerd op roodheid. Na 5 dagen mag u de pleister verwijderen. Voorzichtig de huid vasthouden. Pleister zit stevig op de huid geplakt. Batterijen uit de pomp verwijderen, pomp en pleister mag u weggooien. Er hoeft geen pleister meer op de wond, deze mag u droog laten.

Leefregels

- **Lichamelijke verzorging** - 24 uur na de operatie mag u weer kort douchen. Het verband op de wond is waterbestendig. U kunt douchen terwijl het verband bevestigd is, zolang u ervoor zorgt dat het niet direct met waterstralen in aanraking komt en het niet doorweekt. De pomp en de slang, die aan het wondverband vast zitten, moeten weg van het water gehouden worden. De eerste week niet te lang en te heet douchen. Na het douchen de wondpleister droogdeppen. 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 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. Het is belangrijk om niet te lang met de benen gebogen te zitten, met de benen over elkaar te zitten of langdurig te knielen. Gedurende 6 weken moet u een TED kous dragen, dit is t/m de tweede controle op de polikliniek. De verpleegkundige van de afdeling meet deze kous bij u aan. Deze kous moet u overdag dragen tijdens het mobiliseren en mag in bed/ voor de nacht uit.
- **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. Daarnaast is het belangrijk gezond te leven. Zorg voor voldoende beweging en voorkom overgewicht.
- **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 beiden 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 voetonderzoek uit te laten voeren door de huisarts of internist.
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 goed passend schoeisel, aangemeten 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 van belang de voet(en) in te smeren met een koelzalf, lanette-crème of

cetomacrogol, maar mag dit 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. Eventueel ook met uw behandeld medisch pedicure, podotherapeut of diabetesverpleegkundige.

Verder is het van belang uw bloedsuiker stabiel te houden. Volg hierbij het advies op van uw diabetesverpleegkundige, praktijkondersteuner of huisarts. Heeft u moeite met het opvolgen, betrek uw mantelzorger/familie hierbij.

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

Als 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, 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.

Foldernummer 05.109, 08_25