



Plastische Heelkunde

Dagziekenhuis

ZOL GENK

Campus Sint-Jan
Schiepse bos 6
B 3600 Genk

Campus Sint-Barbara

Bessemmerstraat 478
B 3620 Lanaken

Medisch Centrum André Dumont

Stalenstraat 2a
B 3600 Genk

ZOL MAAS EN KEMPEN

Diestersteenweg 425
B 3680 Maaseik

ZOL GENK
tel. +32(0)89 32 50 50
ZOL MAAS EN KEMPEN
tel. +32(0)89 50 50 50
info@zol.be

Beste patiënt,

Deze brochure is een belangrijke gids voor patiënten die door de Dienst Plastische Chirurgie een ingreep moeten ondergaan via het chirurgisch dagziekenhuis te Genk of Lanaken. U vindt hier de nodige informatie omtrent uw dagopname.

De medewerkers van het dagziekenhuis heekunde van het Ziekenhuis Oost-Limburg zullen alles in het werk stellen om uw verblijf zo aangenaam mogelijk te maken.

INHOUDSTAFEL

1.	Welkom	3
2.	Vorbereiding	4
3.	Wat brengt u mee?	5
4.	Voor de opname	6
5.	Verloop van de dagopname	7
6.	Naar huis	7
7.	Zorgen na de ingreep	8
8.	Wanneer een arts contacteren?	9
9.	Het litteken	9
10.	Tips	10
11.	Contact	11

01 WELKOM

Operatieve ingreep op Campus Sint-Jan, GENK

Locatie: **H1**

Datum:

Neem daags vóór de ingreep tussen 14 en 15 uur contact op met het Dagziekenhuis heekunde op het nummer 089/32 52 70, zodat men u het uur kan doorgeven waarop u verwacht wordt.

Uur:

Operatieve ingreep op Campus Sint-Barbara, LANAKEN

Datum:

Neem daags vóór de ingreep tussen 14 en 15 uur contact op met het Dagziekenhuis heekunde op het nummer 089/32 51 12, zodat men u het uur kan doorgeven waarop u verwacht wordt.

Uur:

Elke ziekenhuisopname, ook een dagklinische opname, is een ingrijpende gebeurtenis.

Heeft u vragen, bel dan tussen 8-18 uur het volgende nummer:

- **Dagziekenhuis Campus Sint-Jan, Genk:** 089/32 52 70
- **Dagziekenhuis Campus Sint-Barbara, Lanaken:** 089/32 51 12
- **Secretariaat Plastische Heekunde, Genk:** 089/32 61 91 (Maandag, dinsdag, woensdag, donderdag VM) - secretariaat.plastische@zol.be
- Buiten deze uren kunt u met dringende vragen of problemen terecht op de dienst Spoedgevallen (089/32 19 37).

02 VOORBEREIDING

Elke heelkundige ingreep is een belasting voor het lichaam. We geven u enkele tips om u hierop voor te bereiden:

- Slaap de week voor de ingreep goed. Wanneer u vermoeid bent voor de ingreep zal het herstel moeilijker verlopen.
- Rook niet. Roken is schadelijk voor de wondheling en verhoogt de risico's tijdens een anesthesie. We vragen om ten laatste 3 weken voor de ingreep het roken te stoppen.

Indien u het roken niet bent gestopt kan de ingreep worden uitgesteld.

- Eet gezond en zorg voor een goede conditie. Diëten doe je best niet in de weken voorafgaand aan de ingreep, maar een gezond gewicht wordt wel aangeraden.
- Bij ingrepen in het gelaat raden we het gebruik van Arnica Montana druppeltjes aan. Deze neemt u in langs de mond (met een glas frisdrank of water) vanaf een week voor de ingreep tot een week erna (3x10 druppeltjes/dag). U kan dit bij de apotheek halen.

Arnica druppeltjes kunnen ook bij ingrepen elders in het lichaam zorgen voor minder blauwe plekken en wat minder zwelling.

- Wij zorgen voor de voorgeschreven compressie BH of drukkleedij indien van toepassing. De BH dient een sluiting te hebben vooraan, zonder beugel en niet gevormd. U krijgt hiervan een aparte factuur opgestuurd. We raden aan om 2 BH's/drukpakken te voorzien.

Voor elke algemene narcose in het ZOL zal een afspraak worden gemaakt op de preoperatieve raadpleging anesthesie. Hier wordt u door de verantwoordelijke anesthesist nagekeken en kan u met al uw vragen omtrent de narcose terecht.

03 WAT BRENGT U MEE?

- Identiteitskaart en SIS-kaart.
- Bloedgroepkaart, allergiekaart.
- Pré-operatieve vragenlijst anesthesie (ingevuld).
- Drukkledij en/of sport BH
- Resultaten van de onderzoeken die met uw chirurg of de anesthesist werden besproken (vb. bloeduitslagen, RX-foto's, hartonderzoek).
- Medicatie die u moet innemen (vb. medicatie voor de bloeddruk, diabetes, puffjes en dergelijke): naam, dosis en produkt noteren.
- Hospitalisatieverzekering of documenten voor het werk die ingevuld moeten worden. Geef deze af aan de verpleegkundige.
- Nachtkledij is niet nodig (deze is voorzien in het ziekenhuis). Voor kinderen tot 12 jaar mag een pyjama meegebracht worden.
- Tijdschrift, krant of tablet, laptop... om de wachttijd vóór uw ingreep op te vullen.
- Betalingsbewijs (indien van toepassing).
- Laat waardevolle spullen thuis, bv. geld, juwelen, piercings.

04 VOOR DE OPNAME

- Kom nuchter binnen: d.w.z. niet eten, niet drinken, niet roken en geen kauwgom. Laatste maaltijd dient minstens 8 uur voor de opname te hebben plaatsgehad, Drinken (heldere vloeistof) kan tot 6 uur voor de ingreep.
- Meld voor de ingreep of u vroeger abnormale bloedingsneigingen heeft gehad, sponstaan of na een ingreep.
- U mag niet zelf met de auto rijden na de ingreep, zorg dus voor vervoer om u naar huis te brengen!
- Geef bij opname een telefoonnummer van de persoon die u komt ophalen aan de verpleging. Zorg dat deze persoon de hele dag beschikbaar is.
- Houd er rekening mee dat een dagopname eventueel tot 19u kan duren.
- Er mogen maximum 2 personen meekomen, liefst geen kleine kinderen.

05 VERLOOP VAN DE DAGOPNAME

- Kom tijdig binnen zodat u ingeschreven kan worden. Daarna zal een verpleegkundige u verder helpen.

Campus Sint-Jan in Genk: Volg de pijlen naar H1.

Campus Sint-Barbara: U dient zich niet langs de hoofdingang in te schrijven maar volgt de pijlen naar het dagziekenhuis, gelegen aan de achterzijde van het ziekenhuis. Voor de ingang van het dagziekenhuis is voldoende parking voorzien.

- Na de ingreep blijft u op de ontwaakafdeling tot de anesthesist beslist dat u voldoende wakker bent. Afhankelijk van de ingreep, bent u 2 uur of langer weg.
- Na de ingreep moet u +/- 2 uur op de afdeling blijven omwille van de narcose of verdoving. Het ontslaguur wordt door de arts bepaald .
- De behandelende arts zal langskomen en u toestemming geven om naar huis te gaan.

06 NAAR HUIS

U krijgt een afspraak mee met de datum waarop u op controle kan komen.

Vragen i.v.m. afspraak te Genk: 089/32 61 91.

- Een begeleider dient u naar huis te brengen. Het besturen van een fiets, wagen of enig ander voertuig de eerste 24 uur is verboden.
- Zorg voor toezicht 's nachts. De eerste nacht thuis mag u immers niet alleen blijven.
- Gebruik enkel een lichte maaltijd op de dag van de ingreep.
- Antibiotica die werd voorgeschreven dient de ochtend na de ingreep te worden gestart.
- Pijnstillers die Acetylsalicylzuur (vb. Aspirine, Dispril, Perdolan Compositum, Aspro) bevatten zijn niet toegelaten.
- Gebruik enkel de medicatie die uw arts voorschrijft.
- Uw huisarts krijgt automatische een verslag over het verloop van uw ingreep.

07 ZORGEN NA DE INGREEP

7.1 Wat is normaal na een ingreep?

- Het operatiegebied is (druk) pijnlijk.
- Het operatiegebied is licht gezwollen en voelt iets harder aan dan normaal.
- Er verschijnt een licht blauwe verkleuring van het operatiegebied. Deze kan de dagen na de ingreep uitzakken met de zwaartekracht.
- Abnormaal gevoel, ongevoeligheid of overgevoeligheid in het operatiegebied.

08 WANNEER EEN ARTS CONTACTEREN?

Meestal genezen de wonden na een ingreep vlot en zonder problemen. We sommen hier echter de meest voorkomende verwikkelingen op en hoe u ze kan herkennen.

8.1 Nabloeding

- Plots ontstane forse zwelling, vaak asymmetrisch (1 zijde of zone).
- Toename van de pijn.
- Blauwe verkleuring van de huid die snel uitbreidt.

8.2 Infectie

- Roodheid, toename van de zwelling en de pijn over meerdere uren.
- Koorts (meer dan 38°C).
- Ziektegevoel.

8.3 Wondloslating

- Het verband/de kledij is plots bebloed of vochtig.
- De wonde gaapt een beetje.
- Toename van de pijn, roodheid van de wondranden.

09 HET LITTEKEN

Een wondloslating wordt zelden opnieuw gehecht maar zal met de correcte zorgen helen. Bedek de wonde met een steriele pleister. Raak de wonde in geen geval met de blote hand aan om een infectie te voorkomen.

8.4 Klontervorming

Bij inactiviteit gaat het bloed in de aderen trager stromen en wordt de kans groter op het vormen van een klont. Een klont ontstaat het vaakst in de benen en de longen. Als u plots onverklaarbare pijn en zwelling in een been ervaart of plots kortademig bent met pijn bij inademen, contacteert u zo snel mogelijk de dienst Spoedgevallen.

Eens de wonde genezen is, ontstaat een litteken. Dit zal in de eerste maanden donker en rood zijn, en vervaagt langzaam. Gedurende deze periode, die tot 1,5 jaar kan duren, blijft litteken helen.

Na het verwijderen van wondpleisters of wondlijm kan het litteken worden verzorgd. Op plaatsen waar veel tractie of spanning op de huid is, raden we aan dit litteken te tapen met Micropore (3M, rolletje verkrijgbaar in de apotheek).

Waar het litteken niet onder spanning staat, is een littekenzalf aangewezen. U krijgt een staaltje of voorschrift mee bij de controleafspraak.

Een rood/rozig litteken mag nooit rechtstreeks in contact komen met zonlicht. Gebruik steeds zonnecrème factor 50 of meer. In sommige littekencrèmes zit een zonnefactor. Gebruik deze elke 2 uur op zones die met zonlicht in contact komen.

10 TIPS

- Herneem zo snel mogelijk uw normale en rustige activiteiten. Vermijd zware inspanningen en pers- en hefbeweging bij ingrepen in het gelaat de eerste 3 weken, bij ingrepen elders in het lichaam tot 6 weken.
- Slaap op de rug de eerste 6 weken.
- Slaap in half-zittende houding (bed op ongeveer 30° of een tweetal dikke kussens onder het hoofd).
- Ijs helpt tegen zwelling maar vertraagt de wondheling. Gebruik nooit ijs rechtstreeks op de huid maar wikkel het ijs in een droge washand of handdoek.
- Leg nooit gedurende langer dan 10 minuten ijs op de geopereerde zone. Wacht een kwartier af en leg dan opnieuw ijs gedurende maximum 10 minuten.
- Gebruik drukkleedij of BH zoals voorgeschreven door de arts. Deze mag enkel af onder de douche of tijdens het wassen. Draag deze de eerste 6 weken 23 uur/dag, tenzij anders uitgelegd. In het gelaat is druk vaak maar 1 week noodzakelijk.
- Douchen kan vanaf 24 uur na verwijderen van de wond-drains, als de wondjes zijn bedekt met huidlijm of een douchepleister. Niet wrijven over de wondjes en contact met zeep vermijden gedurende de eerste 2 weken. Wondjes in het gelaat worden best droog gehouden de eerste 10 dagen, tenzij anders uitgelegd.

11 CONTACT

Contactnummer tijdens kantoor-uren via secretariaat op 089/32 61 91 of secretariaat.plastische@zol.be

Na de kantooruren en in het weekend contacteert u, **enkel bij dringende problemen**, de dienst Spoedgevallen op campus St-Jan.

U mag de dienst Spoedgevallen bellen op 089/32 19 37.



www.ZOL.be



www.twitter.com/ZOLziekenhuis



www.facebook.com/ZOLzh



www.youtube.com/user/ZOLziekenhuis

Schrijf u in op onze nieuwsbrief via www.zol.be

Raadpleeg online uw medisch dossier via www.mijnzol.be