



Ontslag na een operatie aan het hoofd

Hersenchirurgie



Na uw operatie aan het hoofd wordt u ontslagen uit het ziekenhuis en moet u herstellen. Hier leest u meer informatie en vindt u adviezen voor thuis, in het revalidatiecentrum of verpleeghuis.

Adviezen voor na de operatie

Het verschilt per patiënt hoe snel u herstelt nadat u bent ontslagen uit het ziekenhuis. Vaak duurt het 6 weken om te herstellen. In deze periode bouwt u langzaam uw conditie en dagelijkse werkzaamheden op. Hieronder staan adviezen die u helpen bij het herstel:

- U mag de eerste 6 weken niet autorijden. Gebruikt u anti-epileptica? Dan mag u pas weer autorijden als de neurochirurg hier akkoord op geeft.
- Fiets pas weer als u genoeg kracht, balans en conditie heeft. Als u bijvoorbeeld niet goed kunt zien of minder snel reageert op dingen (reactievermogen), is het niet veilig om aan het verkeer deel te nemen. Als u twijfelt of u mag fietsen, kunt u dit met de arts overleggen.
- U mag de eerste 6 weken niet sporten.
- Doe geen zware huishoudelijke zaken, zoals dweilen, stofzuigen of intensief schoonmaken.
- Loop een paar keer per dag een klein rondje. Bescherm dan wel uw hoofd tegen kou en zon.
- Rust als u hier behoefte aan heeft. Breid langzaam activiteiten uit.
- Vlieg pas als de neurochirurg dit heeft goedgekeurd. U kunt dit bespreken tijdens de poli-afspraak (7 weken na de operatie).
- U mag tot 4 weken na de operatie niet in bad of zwemmen.

Of u weer kunt werken, hangt af van:

- de ingreep
- de klachten voor en na de operatie
- veranderingen in uw functioneren
- wat voor werk u doet

Spreek hierover met uw neurochirurg en/ of uw bedrijfsarts.

Tijdens uw verblijf in het ziekenhuis krijgt u adviezen van de artsen en verpleegkundigen. Verschillen de adviezen van de bovenstaande informatie? Volg dan de adviezen van de arts op.

Wondverzorging

Samen met u willen wij zorgen dat de operatiewond goed geneest. Het is belangrijk dat u op de hoogte bent van de volgende punten:

- Thuis hoeft u geen verband op de wond te dragen. Behalve als u huisdieren heeft.
- Slaap op een schoon kussensloop.
- Let op met zonlicht en kou op de wond. Draagt een pet, muts of hoed als u naar buiten gaat.
- 72 uur na de operatie mag de wond nat worden onder de douchte. Zorg dat de wond alleen in aanraking komt met PH-neutrale zeep. Dep na het douchen de wond voorzichtig droog met een schone handdoek.



U controleert de wond dagelijks op de volgende punten en neem contact op als:

- uw temperatuur 39 graden of hoger is.
- er roodheid en/of pijn optreedt rondom de wond.
- de wond dik wordt.
- er vocht uit de wond komt.
- de wond open gaat.
- de agraves en/of hechtingen loslaten.
- de pijn aan de wond erger wordt en aanhoudt.
- u functieverlies heeft door uitval van gevoel en/of kracht.

Bij de huisarts laat u de agraves en/of hechtingen verwijderen. Tenzij de arts beslist dat dit op de polikliniek moet gebeuren.

U heeft:

- o agraves (u krijgt een agravestang mee met ontslag)
- o oplosbare hechtingen (de knoopjes moeten worden afgeknipt)
- o hechtingen

U kunt u agraves/hechtingen op laten verwijderen.

Pijn na ontslag

U kunt pijn hebben als u bent ontslagen uit het ziekenhuis. Van nature beschermt pijn het lichaam. Pijn geeft aan dat we onze grenzen bereiken. Dit betekent niet altijd dat u bij pijn ook schade aan het lichaam krijgt.

Na de operatie kan de pijn die u voor de operatie had (oude pijnklachten) verdwijnen. De pijn kan ook voor een deel blijven na de operatie. Naast oude klachten kunt u ook nieuwe (tijdelijke) pijnklachten krijgen, zoals pijn aan de wond. U hoeft zich geen zorgen te maken om deze pijn. Dit hoort bij de operatie. Rustig blijven bewegen zorgt dat deze pijn sneller verdwijnt. Het zorgt ook dat de wond sneller geneest.

Afbouwen pijnmedicatie na ontslag

Vaak gebruikt u nog pijnstillers als u met ontslag gaat. Pijnstillers worden in stappen voorgeschreven. Eerst krijgt u trap 1 (het minst sterke medicijn). Als dit niet genoeg werkt, krijgt u trap 2 (een sterker medicijn) en zo door. Hieronder ziet u hoe de trappen zijn opgebouwd.

Trap	Soort pijnstiller	Naam pijnstiller
1	Lichte pijnstiller	Paracetamol
2	Sterkere NSAID	Ibuprofen, Naproxen of Diclofenac
3	Lichte opioïde	Tramadol
4	Sterke opioïde	Oxycontin of oxynorm



Als de pijn twee dagen achter elkaar dragelijk is, kunt u de pijnstillers afbouwen. Gebruikt u meerdere pijnstillers? Bouw eerst de sterkste pijnstiller af. De minder sterke pijnstillers blijft u wel innemen. Als u bent gestopt met de sterkste pijnstiller, bouwt u in stappen de minder sterke pijnstiller af. Als u alleen (nog) paracetamol gebruikt, mag u in één keer stoppen. Gebruikt u paracetamol een lange tijd? U kunt het beste dan ook paracetamol afbouwen.

Voorbeeld afbouwen naproxen

Vaak moet u naproxen drie keer per dag innemen op de tijden 8.00 uur, 14.00 uur en 22.00 uur. U bouwt af in drie stappen:

1. Slik alleen de tabletten van 8.00 uur en 22.00 uur.
2. Slik alleen de tabletten van 22.00 uur.
3. Slik geen tabletten meer.

Voorbeeld afbouwen paracetamol

Vaak moet u paracetamol vier keer per dag innemen op de tijden 8.00 uur, 12.00 uur, 18.00 uur en 22.00 uur. U bouwt af in vier stappen:

1. Slik alleen de tabletten van 8.00 uur, 18.00 uur en 22.00 uur.
2. Slik alleen de tabletten van 8.00 uur en 22.00 uur.
3. Slik alleen de tabletten van 22.00 uur.
4. Slik geen tabletten meer.

Stoelgang na ontslag

U kunt moeite hebben met de stoelgang (ontlasting). Dit komt, omdat u pijnstillers slikt, door de narcose en/of weinig beweegt. Probeer zo min mogelijk te persen als u op het toilet zit. Als u perst, verhoogt dit de druk op de wond.

Om uw stoelgang te verbeteren, adviseren we om veel vezels te eten, genoeg water te drinken en genoeg te bewegen als dit lukt. Als dit niet werkt, kunt u een laxeermiddel gebruiken. Uw apotheek of drogist kan u adviseren over het juiste laxeermiddel.

Voordat u naar huis gaat, moet u ontlasting hebben gehad. Als dit niet lukt, moet u thuis binnen 2 dagen ontlasting krijgen. U krijgt soms van de verpleegkundige uit voorzorg movicolon en/of microlax mee (laxeermiddelen). Heeft u alsnog na 2 dagen geen ontlasting? Neem dan zelf contact op met de huisarts.

Omgaan met veranderingen na uw operatie

Het kan zijn dat u na uw operatie te maken krijgt met veranderingen in uw lichaam, denkvermogen (cognitie) en/of stemming. Hoe u en uw naasten leren omgaan met deze veranderingen vraagt veel van u allemaal. Het is belangrijk om hierover te praten met uw naasten en een specialist. Dit kan de neurochirurg, huisarts of gespecialiseerd verpleegkundige zijn.



Veranderingen die misschien kunnen optreden:

- Lichamelijke veranderingen, zoals vermoeidheid en minder zelfstandigheid.
- Cognitieve veranderingen, zoals problemen met dingen herinneren, oriëntatie of concentratie.
- Stemnings-veranderingen, zoals angst, somberheid of onzekerheid.

Of veranderingen tijdelijk of blijvend zijn, verschilt per patiënt en per operatie. Soms is niet vast te stellen hoe lang de veranderingen duren.

Checklist ontslag

De verpleegkundige voert een ontslaggesprek met u. Tijdens dit gesprek vult de verpleegkundige een lijst met u in. Zo weten we zeker dat u de juiste informatie heeft ontvangen, voordat u het ziekenhuis verlaat.

De patiënt heeft ontvangen:	Afvinken door verpleegkundige
Uitleg wondverzorging/verbandmateriaal	☐ Ja ☐ Nee, niet van toepassing
Uitleg pijnmedicatie	☐ Ja ☐ Nee, niet van toepassing
Nood telefoonnummers	☐ Ja
Huisartsenbrief	☐ Ja, digitaal naar de huisarts ☐ Nee, omdat
Recepten/medicatie van de apotheek	☐ Ja ☐ Nee, geen nieuwe medicatie gestart
Overdracht fysiotherapie	☐ Ja ☐ Nee, niet van toepassing
Pols alarmbel ingeleverd	☐ Ja ☐ Niet in beheer gehad
Agravestang	☐ Ja ☐ Nee, niet van toepassing
Poli-afspraken	☐ Ja ☐ Nee, deze worden nagestuurd
Als u niet naar huis gaat, maar tijdelijk naar een revalidatiecentrum/verpleeghuis	☐ Overdracht + medicijnlijst + 24u medicatie ☐ Papieren versie van de medische overdracht ☐ Overdracht fysiotherapie ☐ Poli-afspraken



Contact

Bij vragen over uw opname kunt u binnen 14 dagen na ontslag met ons contact opnemen. Voor andere vragen mag u contact opnemen met uw huisarts.

Bij vragen over uw afspraken op de polikliniek: polikliniek Neurochirurgie	(010) 704 01 29	Maandag t/m vrijdag van 08.30 tot 16.00
Bij vragen aan de verpleging of arts: verpleegkundige spreekuur	06 34 86 05 34 vos.neurochirurgie@erasmusmc.nl	Maandag t/m vrijdag van 09.00 tot 15.00 uur
Bij spoed buiten kantoortijden: verpleegafdeling Neurochirurgie	(010) 703 32 36	

Bij vragen over medicijnen kunt u het beste contact opnemen met uw huisarts of apotheek.





