



Ontslag na een longoperatie



U bent geopereerd aan uw longen en u mag met ontslag. Voor een goed herstel is het belangrijk om u aan een aantal leefregels te houden. Hier leest u alles over uw herstel, de leefregels en waar u specifiek op moet letten.

Uw herstel

Iedereen herstelt op zijn of haar eigen tempo. Het volledige herstel kan 2 tot 6 weken duren, afhankelijk van uw operatie.

Hechtingen

Uw onderhuidse hechtingen lossen vanzelf op. De buitenwaartse hechtingen, zoals die van de draininsteken, moet u laten verwijderen door de huisarts. Dit doet u 10 dagen na het verwijderen van de drains.

Voor u is dat op: ... / ... / ...

Ontslagpapieren die u mee krijgt naar huis

- **Poliafspraken:** als deze afspraken al gemaakt zijn, krijgt u papieren met uw afspraken. Het kan ook dat deze nagestuurd worden.
- **Ontslagbrief:** deze brief is voor uzelf. Uw huisarts of andere verwijzer ontvangt van ons een digitale overdracht. Zorg dat u de eerste weken na de operatie de brief bij u heeft als u weg gaat. Als er iets gebeurt, weten de hulpdiensten meteen dat u kort geleden aan uw longen bent geopereerd.
- **Medicijnen:** gaat u met ontslag op een doordeweekse dag? Dan belt de poliklinische apotheek u op. Vervolgens komt de apotheek uw medicijnen langs brengen op de afdeling, of u haalt uw medicijnen zelf op bij de poliklinische apotheek. Gaat u in het weekend met ontslag? Dan krijgt u de recepten mee en kunt u de medicatie ophalen bij een apotheek bij u in de buurt.

Wondgenezing

Om ervoor te zorgen dat uw wond goed geneest, moet u zich aan de volgende leefregels houden:

U mag douchen. Zeep mag ook langs de wond stromen. Dep de wond droog met een schone handdoek.

- **Bij een VATS-OK:** u mag 4 weken niet in bad, zwemmen of in de sauna.
- **Bij een thoracotomie:** u mag 6 weken niet in bad, zwemmen of in de sauna.
- U mag, zolang de wond niet volledig genezen is, geen zalf op de wond smeren. De wond kan dan namelijk gaan ontsteken.

Wondinfectie

Een infectie van uw wond kunt u herkennen aan:

- De wond is dik, rood en pijnlijk
- Er komt vocht of pus uit de wond
- U krijgt koorts (vanaf 38,5 graden Celsius)

Als u een van deze klachten krijgt, moet u direct contact opnemen met de afdeling. U kunt de contactgegevens vinden onder het kopje 'contact'.



Pijn

De pijn bij uw wond en de pijn tijdens het ademen zullen langzaam minder worden. Het is normaal als u na uw ontslag pijnstillers nodig heeft. U kunt de pijnstillers in de weken na de operatie rustig afbouwen. U krijgt hierover advies van de arts, verpleegkundig specialist of de apotheek.

Door de operatie aan uw borstkas kan u een verminderd gevoel hebben van de huid in het gebied onder de borst aan de kant van de operatie. Soms hebben patiënten juist last van een overgevoeligheid bij koude lucht of bij het aanraken van de huid. Dit is een veel voorkomende klacht. Het komt doordat de huidzenuw vaak beschadigd of geïrriteerd raakt door de operatie. Dit gevoel wordt vaak minder. Maar dit kan soms maanden duren.

Bewegen

Het is belangrijk om aan uw conditie te blijven werken en te blijven bewegen. We raden u aan om elke dag een stukje te wandelen. Bouw dit rustig op en luister goed naar uw lichaam.

Als u een **VATS OK** heeft gehad, mag u de eerste twee weken na de operatie alleen fietsen op een hometrainer. Als u een **thoractomie** heeft gehad, mag u de eerste 4 tot 6 weken alleen op een hometrainer fietsen.

Neem op tijd rust. Dit kan betekenen dat u overdag even slaapt als uw lichaam dit nodig heeft. Tijdens uw herstel zult u goede en slechte dagen hebben. Het is niet erg als het herstel op de ene dag wat beter gaat dan de andere dag. Het belangrijkste is dat u over een langere tijd verbetering ziet.

Autorijden

- Na een **VATS OK** mag u na 1-2 weken weer autorijden.
- Na een **thoracotomie** mag u na 2-3 weken weer autorijden.

Soms kunnen de wonden nog wat onprettig aanvoelen; dit kan geen kwaad, maar u kunt dit als ongemak ervaren. *Let op: Het gebruik van de pijnstillers met morfine kunnen de rijvaardigheid beïnvloeden. Houd hier gedurende uw gebruik rekening mee.*

Vliegen

Na een longoperatie mag u de eerste weken niet vliegen. Uw long moet eerst genoeg hersteld zijn voordat u gaat vliegen vanwege het risico op een klaplong. Overleg met uw longarts of verpleegkundig specialist wanneer het weer veilig is om te vliegen.

Duiken

We raden u af om na een longoperatie te duiken. Dit omdat er in de zee veel drukverschillen zijn. U mag wel snorkelen of duiken in een zwembad.



Weer aan het werk

Bespreek tijdens de revalidatie of op een poli-afspraak met uw specialist wanneer u weer kunt beginnen met werken. Zorg er eerst voor dat u thuis weer uw weg kunt vinden en begin daarna weer met werken. Soms moet u aangepast werken, afhankelijk van uw herstel. Bespreek dit met uw werkgever of bedrijfsarts.

Wanneer moet u contact opnemen?

Bij lichte klachten kunt u de huisarts bellen. Hij of zij zal contact met ons opnemen als dat nodig is. Bij acute of hevige klachten kunt u zich melden bij de spoedeisende hulp. Bij zeer heftige of acute gevallen belt u 112.

Als u een van de volgende klachten krijgt, moet u direct hulp inschakelen!

- Koorts (> 38,5 graden Celsius)
- Kortademigheid
- Hevige pijn
- Duizeligheid
- Plotselinge achteruitgang in uw herstel

Contact

Tijdens kantooruren:

- Kliniek cardiothoracale chirurgie (010) 703 53 49 kies optie 2

Buiten kantooruren, met spoed:

- Algemeen nummer Erasmus MC (010) 704 0 704





