

# Ontslaginstructie na een operatie op de kinderdagbehandeling Chirurgie/Orthopedie

Op de kinderafdeling heb jij een operatie ondergaan. Na de deze operatie moeten jij en jouw ouders/verzorgers thuis rekening houden met een aantal leefregels. Dit is van belang zodat je goed kunt herstellen van de operatie. De leefregels die voor jou gelden, hebben we aangevinkt in deze folder.

## Leefregels vanuit de verpleegkundige

- Luister naar je lichaam en doe het de komende dagen rustig aan.
- Douchen mag je weer na ..... dagen.
- In bad mag je weer na 1 week.
- Zwemmen mag je weer nadat de hechtingen zijn verwijderd.
- Je mag belast/onbelast lopen. Gebruik wel/geen krukken.
- Houd je been hoog als je rust.
- Je mag je geopereerde been niet volledig belasten. Dus bij staan alleen de tenen aantippen op de grond, maar niet volledig op je voet gaan staan.
- Sporten/zwemmen mag je na overleg met de arts.
- Sporten/zwemmen, fietsen en/of spelen in het zand raden we de eerste 2 weken af.
- Je mag na ..... dagen weer naar school.
- Draag je arm/hand in een sling/mitella/actimove.
- Til niet en maak geen draaibewegingen met je schouder.
- .....

## Verzorging van de wond

- De wondpleister is in principe na 24/48 uur niet meer nodig.
- De pleister mag maximaal 48 uur blijven zitten.
- De wond mag aan de lucht drogen. Als de wond nog lekt, kun je er een pleister op doen.
- Als de pleister nat wordt, moet je deze vervangen.
- Hechtingen verwijderen we na 7 tot 10 dagen op de polikliniek.
- Je hebt oplosbare hechtingen.
- Als er steristrips op de wond zitten, verwijder deze niet. Ze vallen er vanzelf af.
- Drukverband mag je na ..... verwijderen.
- Verbind je wond na iedere toiletgang volgens voorschrift (max. 3 dagen).
- .....

## Medicijnen

De pijnbox kunnen jouw ouders/verzorgers ophalen bij de Gelre apotheek in de hal van het ziekenhuis. Overige medicijnen kunnen jouw ouders/verzorgers ophalen in de Gelre apotheek of in jullie eigen apotheek. Gebruik de medicijnen volgens het medicijnvoorschrift dat je bij ontslag hebt gekregen. Jouw ouders/verzorgers kunnen je hierbij helpen.

- Pijnbox 1  
Tijden Paracetamol: .....  
Tijden Diclofenac: .....

- Pijnbox 2/3  
Tijden Paracetamol: .....  
Tijden Diclofenac: .....  
Tijden Oxycodon: .....  
Tijdstip Macrogol: .....

Of:

- Gebruik fraxiparine 1 maal per dag gedurende ..... week/weken.  
Tijdstip: .....

Het is belangrijk dat je de eerste 48 uur de voorgeschreven medicijnen inneemt. Laat je ouders/verzorgers je hierbij helpen. Daarna kun je de medicijnen afbouwen.

## Policonrole

Als dat nodig is, kom je terug op de polikliniek voor controle. Soms is een telefonische controle mogelijk. Deze afspraak krijgt je bij ontslag van de verpleegkundige mee of je krijgt de afspraak thuisgestuurd/via mail (patiëntenportaal MijnGelre).

## Contact opnemen

Neem contact op met polikliniek als je:

- een erge nabloeding hebt;
- extreme pijn hebt;
- ontstekingskenmerken hebt, zoals flinke roodheid/zwelling rondom de wond, hoge koorts  $>38,5^{\circ}\text{C}$  en/of pijn.

### Poli Orthopedie

- bereikbaar van maandag t/m vrijdag;
- van 08.30 - 16.30 uur;
- tel.: 0575 - 592 820;
- buiten deze tijden met Spoedeisende Hulp via: 0575 - 592 356.

### Poli Chirurgie

- bereikbaar van maandag t/m vrijdag;
- van 08.30 - 16.30 uur;
- tel.: 0575 - 592 818;
- buiten deze tijden met Spoedeisende Hulp via: 0575 - 592 356.

Naam:.....

Functie: Kinderverpleegkundige