



St. Anna Ziekenhuis

Leefregels na een darmoperatie

WWW.ST-ANNA.NL



| bijzonder betrokken |

U heeft in het St. Anna Ziekenhuis een darmoperatie ondergaan.
In deze folder treft u richtlijnen en leefregels aan omtrent de nazorg thuis.

Douche en wondzorg

- U mag gewoon douchen. Een bad nemen mag pas als de wond dicht is en in overleg met de arts.
- Een pleister op de wond is niet nodig. Als u dit wel prettig vindt, is hier geen bezwaar tegen.
- Voor een open of lekkende wond gelden andere afspraken. Deze worden door een verpleegkundige met u besproken.

Voeding

- De eerste weken kan de eetlust verminderd zijn.
- U kunt beter een aantal keren per dag een klein beetje eten in plaats van 3x per dag een grote maaltijd.
- Eet vooral producten met veel voedingswaarde (bruin brood, groente e.d.).
- Voedingsmiddelen met veel vet of die gasvorming veroorzaken, kunnen hinder geven.
- Als u verder ergens last van krijgt, kunt u dit beter even achterwege laten en later nog eens proberen. Dit kan heel persoonlijk zijn (bijvoorbeeld kruidig eten).
- Veel drinken is belangrijk om verstopping te voorkomen. Drink minimaal 2 liter per dag.

Ontlasting

- Door verandering in uw eet- en leefpatroon zal uw ontlasting de eerste tijd anders zijn dan dat u gewend was.
- Als een deel van uw dikke darm is weggehaald kan uw ontlasting dunner zijn.

Herstel thuis

Thuis zult u nog een tijdje nodig hebben om te herstellen

- Na de operatie mag u de eerste zes weken niet tillen. Dit is een te grote belasting voor de wond.
- Bewegen is belangrijk, ga regelmatig rustig wandelen. Luister wel naar uw lichaam en neem op tijd rust.
- Het hervatten van uw werk en sporten gaat in overleg met uw arts.
- Uw kleding kan wat strakker zitten omdat uw buik wat opgezet kan zijn.

Medicatie

- U mag uw eigen medicatie thuis weer innemen, tenzij anders vermeld. U krijgt een overzicht mee van uw medicatie en zo nodig nog een recept.
- Zo nodig kunt u bij pijn maximaal 4x daags 1000 mg paracetamol gebruiken. Deze worden niet op recept verstrekt.

Wat te doen bij problemen

Wanneer u de situatie niet vertrouwt of de volgende klachten hebt:

- aanhoudende en /of toenemende pijn
- braken of misselijkheid, waardoor u weinig of niets kunt eten of drinken
- koorts hoger dan 38.5 graden
- wond die vurig rood ziet, vies of open is of plotseling is gaan lekken

Neem dan tijdens kantooruren (8.30 - 17.00 uur) contact op met de **polikliniek chirurgie**, telefoon: **040 - 286 4872**.

Buiten deze uren kunt u contact opnemen met **de spoedpost**,
telefoon: **0900-8861 (10 cent per minuut)**.

Controle afspraak

Voor na-controle is al een afspraak gemaakt, zie hiervoor uw afsprakenkaartje.



St. Anna Ziekenhuis

locatie Geldrop

Bogardeind 2
5664 EH Geldrop

locatie Eindhoven

Antoon Coolenlaan 1-03
5644 RX Eindhoven

T 040-286 40 40

COLOFON

Opmerkingen, suggesties of aanvullingen op de folder kunt u kenbaar maken bij patiëntenvoorlichting:
patiëntenvoorlichting@st-anna.nl

WWW.ST-ANNA.NL



**CHI058
04-16**