



St. Anna Ziekenhuis

Leefregels na opheffen stoma

WWW.ST-ANNA.NL



| bijzonder betrokken |

Inleiding

U heeft in het St. Anna Ziekenhuis een operatie ondergaan waarbij uw stoma is opgeheven. In deze folder treft u richtlijnen en leefregels aan omtrent de nazorg thuis.

Douche en wondzorg

- U mag gewoon douchen, ook als u nog hechtingen heeft.
- Een pleister op de wond is niet nodig, als u dit wel prettig vindt is hier geen bezwaar tegen.

Voeding

- In principe mag u alles eten. Zorg ervoor dat u vezelrijke voeding eet en voldoende drinkt.
- Het kan zijn dat sommige voedingsmiddelen in het begin wat problemen opleveren.

Ontlasting

- In het begin kan de ontlasting nog wat dunner zijn. Dit herstelt meestal na verloop van tijd vanzelf.
- U kunt pijn bij de anus krijgen. Dit wordt veroorzaakt door de dunne ontlasting. Wat hier kan helpen is Sudo-crème of Bepanthen zalf.
- Heeft u kringspierproblemen, bijvoorbeeld het niet op kunnen houden van uw ontlasting, meld dit dan aan uw arts.
- Denk aan vezelrijke voeding en dat u voldoende drinkt.

Herstel thuis

- Overleg met uw arts wanneer u weer kunt gaan werken of sporten.
- Neem op tijd rust, luister naar uw lichaam.

Medicatie

- U krijgt een ontslagrecept mee naar huis.
- U mag tegen de pijn maximaal 4x daags 500 gram paracetamol nemen.
- U mag uw eigen medicatie weer innemen tenzij anders is vermeld.

Wat te doen bij problemen

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

- 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 telefoonnummer **040 - 286 4872**

Buiten deze uren kunt u contact opnemen met de huisartsenpost.

Telefoon: 0900 - 8861 (10 cent per minuut)

Controle afspraak

Voor nacontrole 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



**CHI 059
02-15**