

Rugkliniek

Je dient een rugoperatie te ondergaan



Woord vooraf

Deze brochure bevat informatie die voor jou van belang kan zijn bij een operatie ter hoogte van de rug. Behalve algemene informatie worden volgende onderwerpen in deze folder behandeld:

- de voorbereiding op de operatie
- de ziekenhuisopname
- richtlijnen voor als je terug thuis bent

Uiteraard is een goed resultaat een kwestie van goede zorgen door een geroutineerd team. Vanzelfsprekend zijn jouw goede wil en motivatie tot revalidatie evenzeer belangrijk voor een goed eindresultaat. Ons team van verpleegkundigen, anesthesisten en chirurgen is er in elk geval klaar voor!

Vorbereiding voor opname

WAT MOET JE DOEN?

Wij adviseren je om vóór jouw opname al hulp te regelen die je straks na ontslag nodig zal hebben bij jouw verdere revalidatie thuis. Denk daarbij niet alleen aan familie, vrienden, kennissen of burens; er zijn ook diverse vormen van professionele externe hulp beschikbaar. Je kan tijdens jouw opname ook terecht bij onze sociaal verpleegkundige Cindy Cuyvers (03 880 90 84) met al jouw vragen met betrekking tot jouw ontslag. Zij bekijkt samen met jou de mogelijkheden.

OPNAME IN HET ZIEKENHUIS

In overleg met jouw behandelend arts wordt de datum voor jouw opname en de kamerkeuze vastgelegd. Omwille van praktische omstandigheden kan er bij opname niet altijd tegemoet worden gekomen aan jouw persoonlijke kamerkeuze, maar in dat geval trachten wij zo snel als mogelijk een oplossing te voorzien.

In het patiëntenboekje chirurgie vind je een lijst terug van alle zaken die je de dag van de opname zeker niet mag vergeten mee te nemen.

Op de afgesproken dag van jouw opname meld je je aan bij de opnamedienst in de centrale inkomhal. Nadien word je door een verpleegkundige ontvangen op de verpleegafdeling orthopedische heelkunde (C1) op de tweede verdieping (route 72). We vragen je om rond 14.00u op de afdeling aan te komen, tenzij anders vermeld door de chirurg.

De verpleegkundige begeleidt jou naar jouw kamer en bezorgt je tijdens het opnamegesprek de nodige informatie over jouw verblijf. Zij overloopt eveneens samen met jou een vragenlijst over jouw leefgewoontes (dieet, thuismedicatie, allergieën,...) en schetst ten slotte het verloop van jouw verblijf op onze verpleegafdeling dag per dag.

Heb je vragen, aarzel dan niet om deze te stellen. We zijn er om jou te helpen!

Jouw verblijf, dag per dag

DAG VÓÓR DE OPERATIE

De avond voor de operatie neem je een douche met ontsmettende zeep. Na de douche controleert de verpleegkundige de operatiestreek.

De anesthesist komt bij jou langs en bespreekt met jou een aantal zaken, zoals eventuele inname van bloeddrukmedicatie, hartmedicatie en kalmeringsmiddelen.

Vanaf middernacht mag je niets meer eten of drinken en raden we sterk af om te roken.

DAG VAN DE OPERATIE

Voor de ingreep

De dag van de operatie neem je opnieuw een douche met ontsmettende zeep en verwijder je alle make-up (inclusief nagellak), sierraden, bril, lenzen, gebitsprothese, hoorapparaten,... Daarna doe je een operatiehemd aan, zonder ondergoed.

Na de ingreep

Na de operatie blijf je gedurende enkele uren in de ontwaakruimte van het operatiekwartier. Pas als de pijn onder controle is en na controle van enkele vitale parameters, word je terug naar de verpleegafdeling heelkunde 1 gebracht.

Op de verpleegafdeling

Het verpleegkundig team kan jouw familie telefonisch te woord staan over jouw toestand na de operatie. Wij vragen - omwille van praktische redenen - slechts 1 contactpersoon aan te duiden (bv. partner) die dan de nodige informatie doorgeeft aan de rest van de familie en/of kennissen.

Op de afdeling worden na de operatie een aantal parameters opgevolgd:

- bloeddruk en pols
- temperatuur
- verband
- of je al geürineerd hebt
- of de pijn onder controle is

Na de operatie blijf je gedurende 6 uur in ruglig liggen om bloedingen te voorkomen. Na deze periode zal de verpleegkundige je leren hoe je moet opstaan uit je bed. Na het opstaan ga je terug in bed en mag je op elke zijde liggen.

Opgelet: geen buiklig!

Pijnmedicatie

De anesthesist bepaalt de pijntherapie. Mogelijke opties zijn een pijnpomp, pijnmedicatie via een infuus of eventueel via inspuitingen. Mocht je nog pijn ondervinden, kan je steeds om bijkomende pijnmedicatie vragen.

Bezoek

Probeer de dag van de operatie het bezoek te beperken in het belang van jouw gezondheid.

DAG 1 NA DE OPERATIE

's Morgens word je op de rand van het bed geholpen zodat je het ontbijt rechtzittend kan eten.

De verpleging plant de zorgen, zoals:

- observatie van de operatiewonde
- ontsmetting van de wondnaad en verbandwissel indien nodig
- hygiënische zorgen rechtzittend op de rand van jouw bed of aan de lavabo

Tijdens de ochtend- en avondzorg worden bloeddruk, pols en temperatuur gemeten en dit gedurende jouw hele verblijf. 's Morgens wordt er zo nodig een bloedonderzoek

afgenomen en word je - indien nodig - naar de radiografieafdeling gebracht voor een controlefoto.

De revalidatie start nu!

Stappen is het belangrijkste proces van

jouw revalidatie. Doseer jouw inspanningen over de volledige dag in plaats van enkele langdurige inspanningen. Wordt dit door pijn tegengehouden, aarzel dan niet om pijnmedicatie bij te vragen. Mocht de pijnmedicatie voor jou niet efficiënt genoeg zijn, dan kan jouw medicatie in overleg met de behandelende arts worden aangepast. Voel je je tijdens het wandelen in de gang nog wat onzeker, vraag dan gerust wat hulp. Je kan altijd tijdelijk gebruik maken van een rollator.

DE VOLGENDE DAGEN

Het verpleegkundig team probeert jouw zelfredzaamheid meer en meer op te bouwen na de operatie met het oog op ontslag uit het ziekenhuis. Concreet houdt dit in:

- ontbijt aan tafel nemen
- hygiënische verzorging aan de lavabo uitvoeren
- veel rondwandelen
- pijnmedicatie geeft soms constipatie (verstopping), Drink daarom voldoende water en eet voldoende fruit. Je moet minstens 1x stoelgang hebben gemaakt vóór jouw ontslag uit het ziekenhuis.
- oefen zeker ook op de trappen

ONTSLAGCRITERIA

Doorgaans mag je na 3 à 5 dagen het ziekenhuis verlaten. Jouw behandelend arts geeft hiervoor goedkeuring als je aan de volgende criteria voldoet:

- jouw operatiewonde is voldoende genezen
- je kan zelfstandig in en uit bed
- je kan jouw hygiënische zorgen zelfstandig uitvoeren
- jouw pijn is onder controle
- je hebt stoelgang gehad

Bij de beslissing tot ontslag uit het ziekenhuis krijg je van de verpleging de nodige documenten mee naar huis. Medicatie en wondverband voor thuis dien je zelf bij de apotheek te halen.

Jouw behandelend arts brengt jouw huisarts schriftelijk op de hoogte van de operatie en van jouw verblijf in ons ziekenhuis.

TOT SLOT

Heb je tijdens jouw verblijf vragen, aarzel dan zeker niet om deze te stellen. Wij zijn er om jou te helpen! Noteer jouw vragen in de loop van jouw ziekenhuisverblijf en stel ze aan jouw arts tijdens zijn dagelijkse ronde. Dit kan gaan over sportbeoefening, hobbybeoefening, huiswerk, beroepsbezigheden,...

Zowel de behandelend arts als het team van verpleeg- en zorgkundigen zijn bereid, elk binnen hun vakgebied, je de nodige informatie te verschaffen. Wij zijn er ons van

bewust dat die zaken die voor ons vanzelfsprekend zijn, dit niet voor jou zijn.

Ontslaginformatie na rugchirurgie

Na jouw operatie kan je stapsgewijs jouw normale activiteiten hervatten. Het is wel raadzaam om periodes van rust af te wisselen met periodes van activiteit en deze laatste geleidelijk op te drijven. Rust ook niet te veel, want "rust roest".

OBSERVATIEPUNTEN

Je dient jouw (huis)arts te contacteren bij:

- roodheid, warmte of een pijnlijke wonde (soms na verwijdering van de hechtingen)
- koorts
- vochtverlies uit de wonde

Ook dien je je behandelend arts te contacteren bij een plotse opstoot van pijn in het linker- en/of rechterbeen, gepaard gaande met gevoelsverlies en/of tintelingen en eventueel krachtverlies.

HYGIËNISCHE ZORGEN

Als jouw operatiewonde voldoende genezen is, ga je naar huis met een vochtwerend verband. De verpleegkundige zal een eindverband aanleggen.

Dit dient alleen te worden gewisseld wanneer het loslaat of wanneer het bebloed is. Soms worden steristrips op de wonde aangebracht: deze blijven gedurende 10 dagen ter plaatse en kunnen dan worden verwijderd.

Douchen mag met een vochtwerend verband, maar wij vragen om na het douchen steeds het verband te (laten) controleren. Om een bad te nemen, moet je zeker tot 3 weken na de operatie wachten (tot de wonde volledig dicht is). Indien je na deze periode een bad wenst te nemen, probeer dan met geplooid benen in het bad te zitten. Let op! Een bad is vrij diep, dus opstaan uit het bad kan mogelijk problemen met zich meebrengen.

ACTIVITEITENLIJST

Hiervoor verwijzen wij je graag door naar onze brochure "Revalidatie na een rugoperatie".

Huishoudelijke taken

Huishoudelijke taken mogen progressief worden opgebouwd naar eigen kunnen.

Licht huishoudelijk werk:

- stoffen
- bereiding van eten

Matig huishoudelijk werk + tuin:

- dweilen
- stofzuigen: steeds door de knieën buigen
- strijken: zitten of steunend met 1 voet op een krukje

Sportactiviteiten

Sportactiviteiten mogen progressief worden opgebouwd naar eigen vermogen en in overleg met jouw arts.

Recreatieve sportbeoefening:

- wandelen
- fietsen of hometrainer
- zwemmen: crawl of rugslag (geen schoolslag)

Licht intensieve sportbeoefening:

- joggen: met aangepast schoeisel en op een zachte ondergrond

Andere

Slaaphouding:

- ruglig of zijlig
- beslist NIET op de buik slapen!

Autorijden:

- oppassen voor jouw reactievermogen (van de onderste ledematen)

Slotwoord

Een goede patiënt is niet noodzakelijk hetzelfde als een zwijgende patiënt. Als je vragen hebt, stel ze dan gerust aan het team van verpleegkundigen en verzorgenden en aan jouw behandelend arts.

Ondervind je hinder en/of problemen in verband met jouw operatie en/of herstel, aarzel dan niet om jouw behandelend arts of de (rug)verpleegkundige te contacteren.

Ons **verpleeg-** **kundig** team

Rita Luyts
rugverpleegkundige
rugkliniek@azr.be
03 880 91 90

Verpleegafdeling heeledkunde 1 -
orthopedische heeledkunde (C1):
heelkunde1.rumst@azr.be
03 880 92 90

Cindy Cuyvers
sociaal verpleegkundige
cindy.cuyvers@azr.be
03 880 90 84

Ons **medisch** team

dr. David van Schaik
coördinator rugkliniek
rugkliniek@azr.be
03 880 91 90

prof. dr. Tomas Menovsky
neurochirurg UZA en parttime werkzaam in
ons ziekenhuis
rugkliniek@azr.be
03 880 91 90

dr. Johan Van den Bossche
orthopedie-traumatologie, rugchirurgie
rugkliniek@azr.be
03 880 91 90

Wij wensen jou een spoedig herstel toe!

CAMPUS RUMST

's Herenbaan 172 | 2840 Rumst

03 880 90 11 (algemeen)

03 880 91 90 (afspraken)

ref.: 50120621

versie: 314/08/2019

foto's & illustraties: Adobe stock

eigenaar: dr. David van Schaik, rugchirurgie

v.u.: Sofie Vermeulen, communicatie

