

Weer naar huis na een bariatrische operatie

Afdeling L

U bent geopereerd in het ziekenhuis. Vandaag mag u weer naar huis. We begrijpen dat u misschien vragen hebt. Wat mag wel en wat liever nog niet? In deze folder geven we antwoord op de meest gestelde vragen. Heeft u thuis toch nog een vraag? Bel ons dan gerust. Dat kan van maandag tot en met vrijdag, tijdens kantooruren: 058 – 286 69 69.

Voor u naar huis gaat

Een verpleegkundige geeft u een samenvatting van uw opname en vertelt wanneer u terugkomt voor controle. Uw huisarts krijgt bericht dat u weer thuis bent.

Activiteiten

- > Na de narcose mag u de eerste 24 uur niet zelf autorijden of fietsen.
- > Let de eerste twee weken goed op uw lichaam.
- > Niet zwaarder tillen dan 10 kilo.
- > Daarna mag u weer rustig beginnen met uw gewone activiteiten, zoals sporten of werken.
- > Bewegen helpt uw lichaam om sneller te herstellen. Het verkleint ook de kans op trombose of longontsteking.

Let op: u kunt de eerste tijd nog moe zijn of duizelig. Dat is normaal. Doe rustig aan en luister goed naar uw lichaam.

Wondverzorging

- > Zijn de wondjes droog? Dan hoeft u er niets op te doen.
- > Is er nog wat lekkage? Plak er dan een gaasje of pleister op.
- > U mag weer douchen. Dep de wondjes daarna voorzichtig droog.
- > Ga de eerste twee weken liever niet in bad, zwemmen of naar de sauna. Dat vergroot de kans op infectie.
- > De hechtingen lossen meestal vanzelf op. Heeft u hechtingen die eruit moeten? Dan haalt de huisarts die weg. U moet daarvoor zelf een afspraak maken.

Voeding

U krijgt bij vertrek een boekje mee met voedingsadviezen. Volg de adviezen van de diëtist zo goed mogelijk op. Via het e-coachingprogramma kunt u vragen stellen. U heeft hiervoor een inlogcode gekregen via de polikliniek van het Centrum Obesitas Noord-Nederland (CON). Geen code ontvangen of lukt het inloggen niet? Bel dan de polikliniek van het CON: 058 – 286 69 69.

Pijn

Iedereen ervaart pijn anders. De pijn wordt meestal na een paar dagen minder. U mag vier keer per dag twee tabletten paracetamol van 500 mg nemen. Dat is het maximum.





Medicatie en supplementen

Uw recepten worden digitaal verstuurd naar de apotheek. Daarna kunt u uw medicijnen ophalen bij de apotheek in de centrale hal van het ziekenhuis. Soms moet uw eigen medicatie worden aangepast. Dit wordt besproken bij uw ontslag.

Medicatie die u standaard krijgt na een bariatrische operatie:

- > Multivitamine (WLS): dagelijks, levenslang. Verkrijgbaar zonder recept.
 - > Fraxiparine-injecties: volgens het schema van de arts.
 - > Omeprazol:
 - 40 mg, 1x per dag, gedurende 3 maanden
 - daarna 20 mg, 1x per dag, gedurende 1 maand
 - > Calci-Chew D3 (1000-800 mgIE): dagelijks, levenslang
- Let op: deze wordt sinds 1 januari 2023 niet meer vergoed.

Wanneer bellen?

Bel direct als u een van de onderstaande klachten krijgt:

- > Koorts boven de 38,5 graden (meerdere keren gemeten)
- > Hevige buikpijn die niet beter wordt met paracetamol
- > Bloed braken, bloed bij de ontlasting of zwarte ontlasting
- > De wond bloedt of er komt pus uit
- > U valt flauw
- > U bent kortademig
- > U blijft misselijk of moet vaak overgeven

Wie belt u wanneer?

Tot 1 week na de operatie

Maandag t/m vrijdag (08.30 – 16.30):

Polikliniek Centrum Obesitas Noord-Nederland (CON): 058 – 286 69 69

Avond, nacht of weekend

Spoedeisende hulp Frisius MC: 058 – 286 64 11

Vanaf 1 week na de operatie

Maandag t/m vrijdag (08.30 – 16.30):

Polikliniek CON: 058 – 286 69 69

Avond, nacht of weekend:

Bel uw eigen huisarts of de huisartsenpost.

Vertel altijd dat u een bariatrische operatie hebt gehad.

