**Lees deze nazorginstructies goed door!**

# Instructie bij ontslag

## Navelbreuk / Littekenbreuk

Dagverpleging IJsselland Ziekenhuis

### Nazorg instructies

- De dag van ontslag rustig aan doen.
- De pleister 1 dag laten zitten en droog houden.
- Na 1 dag mag u kort douchen (geen bad). Dep de huid rondom de wond deppend droog (niet wrijven).
- Ondersteun de wond bij niezen, hoesten, lachen en persen.
- De eerste ontlasting kan na de operatie uitblijven, waardoor u buikpijn kunt krijgen. Drink 2 liter water per dag bij het uitblijven van de ontlasting.
- Na de ingreep de stoelgang zacht houden met vezelrijk dieet.
- Sporten mag u hervatten na uw controlebezoek op de polikliniek.
- Bewegen en tillen op geleide van de pijn.

## Algemene aandachtspunten

- De dag van ontslag niet zelf aan het verkeer deelnemen en geen alcohol gebruiken.
- Volg het pijnschema op de zakjes met pijnmedicatie die u in het ziekenhuis heeft gekregen.
- Als u bloedverdunners gebruikt, mag u hier de dag na de operatie weer mee starten (tenzij de arts anders voorschrijft).

## Wanneer contact opnemen?

**Als u thuis last krijgt van:**

- **koorts (temperatuur hoger dan 38,5)?**
- **abnormale zwelling van de wond?**
- **Nabloeding?**
- **andere medische problemen?**

**Neem dan contact op met ons ziekenhuis: telefoonnummer 010 – 258 3319.**

**Wij sturen u deze nazorginstructies vandaag ook via de mail toe**