Lage rughernia

ijsselland ziekenhuis

Hier gaat het om u.

www.ysl.nl

Patiënteninformatie

Inhoudsopgave

1. Inleiding 2

2. Wat is een hernia? 2

3. Voorbereiding 2

   3.1. Medicijngebruik 2

   3.2. Preoperatief spreekuur 2

   3.3. Nuchter zijn 3

   3.4. Tijdstip van de operatie 3

4. De operatie 3

5. Na de operatie 4

   5.1. Ontslag 4

   5.2. Herstel 5

   5.3. Werk 5

6. Complicaties 5

7. Weer thuis 5

8. Controle 6

9. Heeft u nog vragen? 7

1. Inleiding

Er is bij u een hernia in de onderrug geconstateerd. Dit wordt ook wel **een lage rughernia** genoemd. In deze folder vindt u informatie over de aandoening en de behandeling.

2. Wat is een hernia?

Een hernia is een uitstulping van de tussenwervelschijf.
De inhoud van de tussenwervelschijf, een rubberachtige substantie, is naar buiten gestulpt en geeft druk op een zenuw die naar het been loopt. Dit kan pijn in één of beide benen veroorzaken. Ook kan er sprake zijn van minder kracht of gevoel in de benen. Meestal gaat de pijn na verloop van tijd vanzelf over. Als de klachten erg hinderlijk zijn en niet vanzelf over gaan, komt u in aanmerking voor een operatie.

3. Voorbereiding

3.1 Medicijngebruik

Gebruikt u medicijnen die invloed hebben op de bloedstolling, zoals bloedverdunners (bijvoorbeeld Ascal), dan moet u hier enkele dagen voor de operatie tijdelijk mee stoppen. Dit wordt op het preoperatieve spreekuur (POPA) met u besproken door de anesthesioloog en/of de medewerker van de apotheek.

3.2 Preoperatief spreekuur

Praktische informatie over uw opname en de gang van zaken in het ziekenhuis krijgt u tijdens het preoperatieve spreekuur. Tijdens dit spreekuur heeft u een gesprek met de anesthesioloog, een arts die gespecialiseerd is in het toedienen van de verdoving, en een gesprek een medewerker van de apotheek.

3.3 Nuchter zijn

De anesthesioloog bespreekt met u de 6-2 regel:

STAP 1
Tot 6 uur voor het opnametijdstip mag u normaal eten en drinken.
Er zijn geen beperkingen.

STAP 2
Tussen 6 en 2 uur voor het opnametijdstip mag u nog
1 glas water, koffie of thee (zónder melk, suiker mag).

STAP 3
Vanaf 2 uur voor het opnametijdstip mag u **niets meer**
drinken en eten!

3.4 Tijdstip van de operatie

Het is nooit precies te zeggen wanneer u aan de beurt bent. Operaties kunnen langer duren dan verwacht en er kunnen spoedoperaties plaatsvinden. Op de dag van de operatie proberen we u zo goed mogelijk in te lichten over het verwachte tijdstip waarop u geopereerd wordt. Dit is in de regel in de ochtend.

4. De operatie

Op de opnamedag wordt u op de afdeling ontvangen door een verpleegkundige. De verpleegkundige brengt u naar de operatie afdeling.
Medewerkers van de anesthesie zullen u hier ontvangen.
De operatie vindt plaats onder algehele narcose.
U krijgt een infuus en wordt naar de operatiekamer gebracht.
Bij de operatie wordt de uitpuilende kern van de tussenwervelschijf weggehaald, waardoor de beknelde zenuw weer vrijkomt. **De operatie duurt ongeveer 30 tot 60 minuten.**

Midden op de rug, boven de plaats waar de hernia zit, wordt in de lengterichting een huidsnede van ongeveer 4 cm gemaakt.

De lange rugspieren worden losgemaakt en opzij geschoven.
De uitstulping van de tussenwervelschijf wordt verwijderd, waardoor de druk van de zenuw wordt weggehaald.
Hierna wordt een opening gemaakt in de tussenwervelschijf waaruit het versleten binnenste deel van de tussenwervelschijf zo goed mogelijk wordt verwijderd. Tot slot wordt de operatiewond gehecht.
Als het nodig is wordt een drain (slangetje) ingebracht in het operatiegebied om overtollig wondvocht te verwijderen.
Deze kan er de volgende dag uit.

5. Na de operatie

Na de operatie gaat u via de uitslaapkamer (verkoever) terug naar de verpleegafdeling. U heeft dan nog een infuus om vocht en medicijnen toe te dienen en soms een wonddrain voor de afvoer van wondvocht. Als u zich goed voelt, mag u weer eten en drinken.
De eerste 3 uur na de operatie moet u op uw rug blijven liggen, daarna mag u uit bed. Dit gebeurt dan onder begeleiding van de verpleegkundige.
De ochtend na de operatie komt de fysiotherapeut bij u langs. Hij of zij geeft u begeleiding bij het uit bed komen en geeft u adviezen over houding en bewegingen. Ook geven de fysiotherapeuten praktische adviezen voor thuis.

5.1 Ontslag

U kunt na één dag naar huis. De pijn in de benen is meestal snel na de operatie verdwenen of aanzienlijk afgenomen. Doordat er bij de operatie aan de rugspier is getrokken, kunt u de eerste tijd rugpijn hebben. De rugpijn kan zelfs heviger zijn dan voor de operatie, meestal is het innemen van paracetamol dan voldoende. In sommige gevallen krijgt u pijnmedicatie voorgeschreven.

5.2 Herstel

Het volledige herstel van de operatie duurt, afhankelijk van uw conditie, weken tot maanden. In de eerste periode na de operatie is het belangrijk dat u uw rug niet te zwaar belast.
Wel is het goed om voldoende in beweging te blijven.
Uw lichaam geeft zelf aan waar uw grenzen liggen.
Bij ontslag uit het ziekenhuis krijgt u een verwijzing mee voor fysiotherapie. Hiermee kunt u fysiotherapie blijven volgen in een praktijk bij u in de buurt.

5.3 Werk

Wanneer u weer kunt gaan werken is afhankelijk van het soort werk dat u doet en van de grootte van de operatie.
Wij adviseren u om snel na de operatie een afspraak te maken met uw bedrijfsarts.

6. Complicaties

Aan elke operatie zijn risico's verbonden:

- Er kan een infectie of een nabloeding optreden, waardoor soms opnieuw geopereerd moet worden.
- Doordat rondom het ruggenmerg en de zenuw geopereerd wordt, is er een kleine kans dat een lek ontstaat in het ruggenmergsvlies. Dit veroorzaakt hoofdpijn en herstelt na een aantal dagen bedrust.
- Een zenuwwortel kan beschadigen waardoor u minder controle heeft in een spier of minder gevoel heeft in het gebied van de zenuw. Het herstel hiervan is onzeker en duurt vaak maanden.

7. Weer thuis

- De eerste 5 dagen na de operatie kunt u **douchen** als u de operatiewond afplakt met een Tegaderm pad pleister 6x10cm (verkrijgbaar bij uw apotheek).
- De **pijn in het been** is meestal direct verdwenen of aanzienlijk afgenomen. Rond de 2e of 3e dag na de operatie kan de pijn in de rug en het been tijdelijk weer terugkeren. Dit wordt veroorzaakt door zwelling in het operatiegebied. Na verloop van tijd verdwijnt de zwelling en daarmee de pijnklachten. Als u voor de operatie een doof gevoel en/of krachtverlies had, dan kan dit na de operatie verdwijnen. Dit kan echter maanden duren.
- Eenmaal thuis is het belangrijk om in beweging te blijven. Uw lichaam geeft zelf aan waar uw grenzen liggen.
- In de eerste 8 weken na de operatie moet u zware belasting (tillen, zwaar huishoudelijk werk) van de rug wel vermijden.

8. Controle

- 10 dagen na uw ontslag mag u zelf de steri-strips verwijderen. U mag dit ook bij uw eigen huisarts laten doen.
- De hechtingen, die gebruikt zijn voor de operatie, lossen vanzelf op.
- Na het verwijderen van de steri-strips mag u ook weer douchen zonder afdekmateriaal.
- Na 6 tot 8 weken komt u bij de neurochirurg terug voor controle op de polikliniek.

9. Heeft u nog vragen?

Aarzel dan niet deze te stellen aan uw behandelend specialist.
Ook kunt u telefonisch contact opnemen met het secretariaat neurologie / neurochirurgie: tel. **010 – 258 51 90.**
Op de zaterdag en zondag na uw ontslag kunt u via de centrale contact opnemen met de verpleegafdeling: tel. **010 – 258 50 00.**

Verder nog van belang
Deze folder ondersteunt de mondelinge informatie die u van arts of verpleegkundige krijgt. Vraag het hen als u meer wilt weten over onderzoek, operatie, gevolgen, risico's of andere behandelmogelijkheden.
Ontdek Mijn IJsselland De toegang tot uw eigen gegevens, dossier, afspraken en vragenlijsten **mijn-ijsselland**
Aanbevolen websites Betrouwbare medische informatie, aanbevolen door onze zorgverleners **aanbevolen-websites**
IJsselland Folders Al onze patiëntenfolders kunt u opzoeken en lezen in onze Folder Web App **folder app**