

## Herstel

U heeft vandaag een operatie gehad aan uw liesbreuk. Hier leest u wat u kunt verwachten van het herstel.

### Hoe gaat het na de operatie?

Hier kunt u lezen wat u tijdens de twee weken na de operatie kunt verwachten.

### Dag van de operatie

U bent vandaag geopereerd. Als u zich goed voelt, mag u aan het einde van de dag naar huis. Heeft u veel last van pijn of misselijkheid na de operatie? Dan blijft u een nacht slapen in het ziekenhuis.

### Dag 1 tot 5 na de operatie

U kunt last hebben van pijn aan uw wond. Gebruik hiervoor eerst paracetamol. Om te zorgen dat paracetamol goed werkt, neemt u vier keer per dag twee tabletten van 500 mg.

Neem de tabletten op vaste tijden:

- Bij het ontbijt
- Bij de lunch
- Aan het einde van de middag
- Voor het slapen

Sommige mensen durven niet zo veel tabletten paracetamol te nemen. Het is belangrijk om te weten dat deze hoeveelheid niet schadelijk is. Bovendien werkt paracetamol niet goed wanneer u minder tabletten gebruikt.

Het kan zijn dat de pijn niet helemaal weg is na het slikken van paracetamol. U neemt dan een tweede pijnstiller. De dokter adviseert meestal naproxen (220 mg) of ibuprofen (400 mg). U mag hiervan drie tabletten per dag gebruiken.

Het is belangrijk om altijd paracetamol te nemen. Twee pijnstillers samen werken namelijk beter dan één pijnstiller. U kunt deze pijnstillers kopen bij de drogist, apotheek of supermarkt. U krijgt in het ziekenhuis geen recept mee.

### Dag 1 na de operatie

U mag vandaag douchen. Als er pleisters zitten op de wonden, dan haalt u deze eerst weg. De wonden mogen nat worden. Wel is het belangrijk om niet te lang te douchen. Ook mag u twee weken niet in bad, zwemmen of naar de sauna.

U hoeft de wonden niet schoon te maken met zeep of ontsmettingsmiddel. Afspoelen met water is voldoende.

Als de wonden droog zijn, hoeft u geen nieuwe pleister te plakken.

### Week 1 na de operatie

Als u goed herstelt, kunt u nu de meeste dagelijkse dingen weer, bijvoorbeeld wandelen en fietsen. Het is verstandig om nog niet intensief te sporten of zware dingen te tillen.

Voelt u pijn nadat u iets gedaan heeft? Doe het dan wat rustiger aan.

### Week 2 na de operatie

Als u goed herstelt, kunt u nu alles weer. Het is verstandig om intensief sporten en zwaar tillen langzaam op te bouwen.

Voelt u toch pijn nadat u iets gedaan heeft? Doe het dan wat rustiger aan.

## Veelgestelde vragen en contact

U heeft vandaag een operatie gehad aan uw liesbreuk. Hier leest u veelgestelde vragen en wanneer u contact op moet nemen met het ziekenhuis. Op de achterkant staat wat u kunt verwachten van het herstel.

### Moet ik op controle komen na de operatie?

De meeste mensen herstellen goed na een liesbreuk operatie. Het is dan niet nodig om op controle te komen.

U krijgt een belafspraak zes weken na de operatie. Heeft u klachten na de operatie? Dan kunt u ook een afspraak maken op de polikliniek Heelkunde.

### Wanneer mag ik auto rijden?

U bepaalt zelf wanneer u in staat bent om auto te rijden.

### Wanneer mag ik weer werken?

U mag werken wanneer u zich goed genoeg voelt om uw werk uit te voeren.

De meeste mensen kunnen na één week weer werken. Mensen die veel moeten lopen of tillen, kunnen beter na twee weken weer gaan werken.

### Wanneer moet ik contact opnemen met het ziekenhuis?

Als het plotseling niet goed met u gaat:

- u heeft hevige buikpijn
- u voelt zich ziek
- u heeft koorts
- u bent misselijk en moet overgeven

Als u een probleem heeft met de wond:

- de huid naast de wond is rood en voelt warm
- er komt pus uit de wond
- de wond is open gegaan
- u voelt een zwelling in de lies

### Wie moet ik bellen?

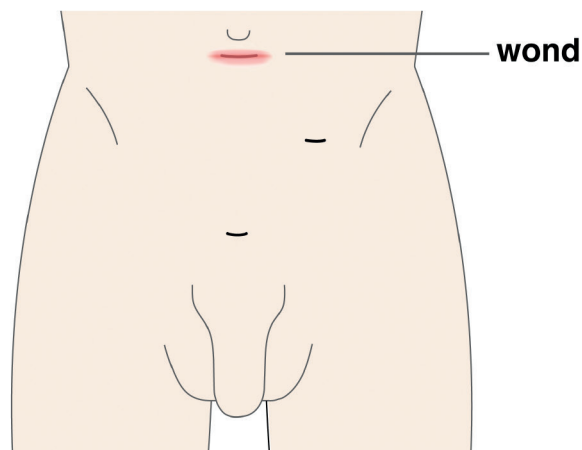
U belt overdag met de polikliniek Heelkunde (088 979 43 59).

In de avond en 's nachts belt u de spoedeisende hulp (088 979 79 00).

Bij een levensbedreigende situatie belt u altijd 112.

### Ontsteking van de wond (wondinfectie)

Na een kijkoperatie  
(kleine sneetjes in de buik)



Na een 'open' operatie  
(snee in de lies)

