

U heeft een darmoperatie ondergaan. Hieronder staan richtlijnen om het herstel thuis zo voorspoedig mogelijk te laten verlopen.

Nazorg

- U mag douchen.
Baden, zwemmen of saunabezoek wordt de eerste 14 dagen na de operatie afgeraden, omdat de wond daardoor kan verweken. Daarna kan dit weer indien de wond genezen is.
- Als de wond droog is hoeft er geen verband/ pleister meer op. Na de operatie kan er een bloeditstorting rondom de wond ontstaan zijn wat een verdikking geeft, dit gaat vanzelf weer weg maar kan een paar weken duren.
- Voorzichtig zijn met tillen. Het is heel belangrijk dat u de eerste zes weken niet zwaar tilt, dit om een littekenbreuk te voorkomen.

Voeding

- Veel drinken is belangrijk om weer een regelmatig ontlastingspatroon te krijgen. Denk aan 2 liter vocht per dag tenzij anders is afgesproken.
- Voorzichtig zijn met citrusvruchten (zoals sinaasappelen) en druiven; de velletjes kunnen vast gaan zitten in de darm. Ook voedingsmiddelen met veel vet of gasvorming in de darmen (zoals koolsoorten en uien) kunnen last geven.
- Voor de rest mag u alles uitproberen. Als een voedingsmiddel nog last geeft, dit een tijd niet meer gebruiken en het later nog eens proberen. Meestal kunt u na verloop van tijd weer alles eten wat u gewend was.

Ontlasting

- Door de tijdelijke verandering in uw eet- en leefpatroon zal de eerste weken het ontlastingspatroon anders zijn. Verminderde eetlust, veel rusten en weinig beweging vertragen de stoelgang.
- Als een deel van uw dikke darm is verwijderd kan de ontlasting dunner zijn.

Beweging

- Na thuiskomst kunt u nog enige tijd vermoeidsklachten hebben. Luister goed naar uw lichaam.
- Regelmatig rustig wandelen is belangrijk.
- De wond is goed genezen als de wond geheel dicht is nadat de hechtingen verwijderd zijn.

- Wanneer u kunt werken, hangt af van het soort werk dat u verricht. Meestal kunt u na enkele weken weer aan het werk. Overleg dit met de chirurg die u behandelt.

Controle

- Bij ontslag krijgt u een afspraak mee voor controle op de polikliniek chirurgie.
- Als u vóór de controle-afspraak klachten krijgt kunt u tijdens kantooruren contact opnemen met de polikliniek chirurgie via het Klant Contact Centrum. Telefoonnummer: 075-6501200.
- Buiten kantooruren: spoedeisende hulp: 075-6502600