



U bent zojuist aan een navelbreuk (Hernia Umbilicalis) geopereerd. Dit is gebeurd via een kleine wond. De eerste tijd na de operatie kunt u nog hinder ondervinden van het operatiegebied.

Wondverzorging

- Na 48 uur verwijdt u de witte (eiland) pleister. Als er een bolletje gaas in de navel zit mag deze ook verwijderd worden.
- Onder de wondpleisters treft u hechtpleisters (steristrips) aan. Deze mag u laten zitten tot ze vanzelf loslaten.
- Houd de wond 48 uur droog. De wond en hechtpleisters (steristips) mogen daarna nat worden onder de douche, maar gebruik geen zeep in de buurt van de wond.
- Ga niet in bad of zwemmen gedurende twee weken. Dit is belangrijk om infecties te voorkomen.
- De wond kan door de operatie enkele maanden als een hard richeltje blijven voelen, dit is onschuldig.
- Er kan na de operatie een nieuwe zwelling ontstaan door wondvocht. Indien u hier hinder van heeft kunt u contact opnemen met de polikliniek.

Activiteiten

- 6 weken niet zwaar tillen (> 10 kg).
- Bewegen op basis van pijn: alleen fietsen / sporten als u helemaal geen pijn meer heeft. Luister hierbij naar de signalen van uw lichaam.

Belangrijk over pijnstilling

Neemt u onze volgende adviezen over de pijnbehandeling in acht:

- Neem uw pijnstilling in op de voorgeschreven manier. Wacht niet totdat de pijn te hevig wordt.
- Houdt u zich zo veel mogelijk aan de voorschriften van uw arts en de verpleegkundige.
- De pijnstillers krijgt u op voorschrift van uw arts.
- Zodra de pijn verandert van plaats, ernst of karakter waarschuwt u direct.

Policonrole

Een afspraak voor policonrole is alleen nodig op advies van de arts of als u klachten heeft.

Neem contact op bij de volgende klachten:

- Nabloeding van de wond.
- Toenemende pijnklachten (ondanks pijnstilling).
- Flinke zwelling van de wond met roodheid in het wondgebied.
- Koorts hoger dan 38.5 C.

Als er een afspraak nodig is, dan ontvangt u deze via de e-mail en kunt u deze terugvinden in het patiëntenportaal [Mijn Reinier de Graaf](#).



Contact

Indien er klachten optreden kunt u contact opnemen met de polikliniek Chirurgie binnen kantooruren op 015 - 260 4213.

Voor spoed, buiten kantooruren, kunt u contact opnemen met de Spoedeisende Hulp locatie Delft op 015 - 260 30 60.