



U ontvangt deze folder, waarin we u een aantal leefregels meegeven, om de nazorg thuis te vergemakkelijken.

U bent zojuist aan een dijbeen breuk (Hernia Femoralis) geopereerd. Dit is gebeurd via een kleine wond, of meerdere kleine wondjes omdat u met een laparoscoop (kijkbuis) bent geopereerd. De eerste tijd na de operatie kunt u nog hinder ondervinden van het operatiegebied. Het is raadzaam het wondgebied dan wat te ondersteunen met uw hand, vooral bij drukverhoging (hoesten, persen).

Wondverzorging

Het wondverband mag u na 24 uur verwijderen. Hierna mag u douchen, mits er geen zeep gebruikt wordt bij het wondgebied. De hechtpleisters (steristrips) minstens drie dagen laten zitten. Als u dagelijks een douche neemt, zullen de hechtpleisters na 5 tot 7 dagen eenvoudig te verwijderen zijn. Als ze na een week nog op de huid vastzitten, kunt u ze voorzichtig verwijderen. Trek dan de eindjes van de pleisters los van beide zijden tot aan het wondje. Op die manier bestaat de minste kans dat het wondje weer open springt.

Activiteiten

Tillen en bukken is toegestaan, mits het u geen pijn doet. Luister hierbij naar de signalen van uw lichaam. U mag naar eigen inzicht weer gaan sporten, fietsen, etc. Ook hierbij geldt; luister naar uw lichaam. Zodra u er zelf weer toe in staat bent, mag u weer gaan werken.

Pijnstillers

Wij verzoeken u de volgende adviezen over de pijnbehandeling in acht te nemen. Neem uw pijnstilling in op de voorgeschreven manier. Wacht niet totdat de pijn te hevig wordt.

Het is belangrijk om bij pijn een goede spiegel van medicatie op te bouwen. Houdt u zich zo veel mogelijk aan de voorschriften van uw arts. De pijnstillers krijgt u op voorschrift van uw arts.

Bij een laparoscopische operatie is het mogelijk dat u naast buikpijn ook enige dagen last heeft van schouderpijn. Deze pijn wordt veroorzaakt door het koolzuurgas dat tijdens de operatie in de buikholtte wordt gebracht. Via een zenuwbaan die in de richting van de schouder loopt, kan dit ertoe leiden dat u na de operatie gedurende enkele dagen een gevoelige schouder heeft. Dit gas wordt geleidelijk door het lichaam opgenomen en via de longen uitgescheiden. U hoeft zich daar geen zorgen over te maken.

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.