

Instructies voor thuis na een totale heupoperatie (THP)

U staat op het punt onze kliniek te verlaten na een heupoperatie. Voor een optimale nazorg hebben wij de belangrijkste punten voor u op een rij gezet. Bij vragen, onduidelijkheden of als u zich zorgen maakt, schroom dan niet om contact op te nemen met onze verpleegafdeling. Wij zijn elke dag bereikbaar op telefoonnummer: **085-0600854**. Ook is er in de CARO-app veel informatie terug te vinden.

In geval van spoed kunt u ons ook 's nachts bereiken op het bovenstaande telefoonnummer. Onder spoedeisend verstaan wij gezondheidsklachten die niet kunnen wachten tot de volgende werkdag. Bijvoorbeeld: hevig bloedverlies, hoge koorts, heftige pijn of als u zo ongerust bent dat u een medisch advies wilt vragen.

Medicatie

Thuis mag u de volgende medicijnen gebruiken:

Medicijn	Dosering	Tijden	Stopdatum
Paracetamol	1000 Mg	08:00 - 12:00 - 18:00 – 22:00	Als de pijn dragelijk voor u is.
Celebrex	200 Mg	08:00	2 weken na de operatie
Pantozol	40 Mg	08:00	2 weken na de operatie
Fraxiparine	0,3 ml	20:00	4 weken na de operatie
Oxynorm (kortwerkend)	5 mg	Zo nodig, max 6 keer per dag	

Het is belangrijk om u aan het bovenstaande medicatieschema te houden, ook als u geen pijn ervaart. Als de pijn dragelijk voor u is, dan kunt u wel stoppen met de paracetamol. Als u na het stoppen met de paracetamol toch weer pijnklachten ervaart kunt u weer starten met de paracetamol.

- Paracetamol 4 x daags (pijnstilling)
- De Celebrex capsule is een pijnstiller die er tevens voor zorgt dat er zich geen kalk rondom de prothese vormt. Het is belangrijk om deze de volle 2 weken na te operatie te blijven gebruiken. (pijnstilling)
- De Pantozol tablet is een maagbeschermer die u bij de Celebrex dient te gebruiken. (maagbeschermer)
- De Fraxiparine injecties zijn om trombose te voorkomen, deze gebruikt u 4 weken lang na de operatie. Op de afdeling heeft u geleerd om deze zelf te injecteren. Indien fraxiparine niet mogelijk is krijgt u een alternatief, bijvoorbeeld Apixaban 2,5 mg 2dd. Dit dient u 32 dagen te gebruiken na de operatie (en is ook tegen trombose).
- De oxynorm capsule is een opiaat. Deze werkt snel en kort. Deze kunt u gebruiken bij hevige pijn. Als de pijn dragelijk is met paracetamol neemt u de oxynorm niet in. U bouwt dus als eerste af met de oxynorm in u medicijn schema. (kort en snel werkende pijnstiller)

De hibiscrub douchegel en bactroban neusgel mogen na de operatie gestopt worden.

Overige instructies

Wondverzorging:

De heupwond is onderhuids gehecht en er zit een doorzichtige pleister overheen. Deze pleister mag 2 weken blijven zitten. U kunt de wond bekijken door de pleister heen (maak deze dus niet los).

Als er wondvocht of bloed onder de pleister zit is dit geen probleem, als het veel vocht of bloed is en het komt onder de pleister door kunt u even contact met ons opnemen. Als de randen van de pleister aan de buitenkant gaan loslaten/oprollen, dan mag u deze bijknippen en eventueel een pleister bijplakken. Als de pleister iets eerder dan twee weken loslaat, dan is dat geen probleem en kan deze eraf blijven. U kunt dan eventueel een gewone pleister over de wond plakken.

Na 2 weken mag u de pleister zelf verwijderen.

De hechtingen zijn oplosbaar. Het kan zijn dat u weinig of geen gevoel heeft op de plek waar de wond zit. Dit komt omdat tijdens de operatie bij het zetten van de wondsnede microscopisch kleine zenuwen zijn beschadigd. Soms kan het maanden duren voordat het gevoel terugkomt.

Douchen:

U kunt gewoon douchen met de transparante (waterbestendige) pleister. Dep de pleister droog na het douchen, zodat deze goed blijft zitten (niet droogwrijven). Mocht de pleister al eerder verwijderd zijn raden wij u aan om 72 uur na de operatie pas te gaan douchen, tenzij de wond nog niet helemaal droog is, dan wacht u dit eerst af. U mag na 2 weken weer baden.

Mobiliseren:

U mag het been volledig belasten, tenzij de specialist anders heeft aangegeven. In de kliniek heeft u geleerd om de eerste stappen te lopen. Thuis kunt u verder oefenen met de fysiotherapie. U krijgt tijdens de opname een verwijsbrief voor de fysiotherapeut mee.

Slapen:

De eerste nacht in de kliniek heeft u op de rug moeten slapen, eenmaal thuis mag u weer op de zij slapen maar rugligging heeft de voorkeur voor een betere wondgenezing.

Wanneer moet u met ons contact opnemen?

Neemt u in de volgende gevallen altijd contact op met onze verpleegafdeling:

- Indien wondlekkage langer dan 5 dagen na de operatie;
- Indien de wond pijn, rood en vurig is;
- Indien u koorts heeft boven 38.5 graden;
- Indien u ongerust bent en een medisch advies wilt vragen.

Als u vragen heeft, schroom dan niet om contact op te nemen met onze kliniek.



Algemeen

085 0600 855
info@mkvelsen.nl

Openingstijden
Maandag t/m vrijdag van
08.00 uur tot 18.00 uur

Polikliniek

085 0600 853
polikliniek@mkvelsen.nl

Openingstijden
Maandag t/m vrijdag van
08.30 uur tot 12.30 uur en
van 13.00 uur tot 16.30 uur

Verpleging

085 0600 854
verpleging@mkvelsen.nl

Bezoeken
Alle dagen van
10.30 uur tot 12.00 uur en
van 14.30 uur tot 20.00 uur