

## Leefregels na een handoperatie

U bent geopereerd aan uw hand. Voor herstel van de operatie is het belangrijk dat u zich thuis aan een aantal adviezen houdt. Dit formulier geeft u de mogelijkheid de leefregels thuis nog eens op uw gemak door te lezen.

### Leefregels

- De hand licht oefenen, maar niet belasten.
- Douchen mag met een plastic zak om de arm heen, zolang het verband er om zit. Let op dat de zak niet te strak sluit i.v.m. afknellen van de bloedtoevoer naar de hand.
- Het verband mag u zelf verwijderen na 2 tot 3 dagen.
- Als het verband eraf is mag u gewoon douchen en haren wassen. U mag de wond niet week laten worden. Bijvoorbeeld niet in bad, afwas/sopwater of zwemmen.
- Houdt de hand hoger dan het hart zolang uw hand in het verband zit en leg 's nachts uw hand op een kussen hoger dan de elleboog.
- Bij pijn mag u tot 4 maal daags 2 Paracetamol a 500 mg innemen.

Als u veranderingen in het operatiegebied waarneemt van welke aard dan ook (toenemende pijnklachten, zwelling, bloeding etc.), neem dan contact op met:

Polikliniek van de plastische chirurgie:  
T (076) 595 2459

Buiten kantooruren met de spoedeisende hulp via de telefooncentrale:  
T (076) 595 5000.

Meer lezen over plastische chirurgie in Amphia?

[Ga naar afdeling Plastische Chirurgie \(https://www.amphia.nl/afdelingen/plastische-chirurgie\)](https://www.amphia.nl/afdelingen/plastische-chirurgie)