

Informatie na een longoperatie

Wanneer naar huis?

U bent opgenomen geweest voor een longoperatie op de afdeling long-chirurgie.

Als alles voorspoedig verloopt kunt u meestal na ongeveer 3 dagen naar huis. Als u naar huis gaat bent u nog niet hersteld, dat gebeurt grotendeels thuis. In deze folder geven we u informatie om dit herstel zo goed mogelijk te laten verlopen.

Wie kunt u bellen als u vragen heeft?

Wij willen u op het hart drukken dat u ons kunt bellen als u vragen of problemen heeft. Het zou jammer zijn als u onnodig met vragen of problemen blijft rondlopen, terwijl wij u wellicht kunnen helpen. U kunt bellen met de verpleegkundige van de afdeling. Zij kan makkelijk overleggen voor u met bijvoorbeeld de chirurg of longarts. Soms is het nodig naar het ziekenhuis te komen om u goed te kunnen beoordelen.

U kunt dan contact opnemen met een van onder staande nummers, afhankelijk van op welke kamer u heeft gelegen.

Kamer 1 t/m 25: 076-5954941

Kamer 27 t/m 51: 076-5954946

Nadat u op de polikliniek bent geweest, verloopt het contact niet meer via de verpleegkundige van de afdeling. Dan neem u contact op met de polikliniek.

Polikliniek chirurgie: 076-5953090.

Polikliniek Longgeneeskunde: 076-5953030

Indien de polikliniek is gesloten, neemt u contact op met uw huisarts/huisartsenpost.

Welke klachten kunnen er optreden en wat kunt u doen?

Pijnklachten

Pijn na een longoperatie is normaal. Tijdens de opname wordt u ingesteld op pijnstillers via tabletten of een drankje. Het is belangrijk om ook thuis door te gaan met deze pijnstilling, zolang uw pijnklachten u hinderen in uw herstel. Als u thuis het gevoel krijgt dat uw pijn niet acceptabel is of toeneemt, neem dan contact met ons op.

Als de pijn het toelaat is het zinvol de morfine als eerste af te bouwen. Dit in verband met bijwerkingen zoals misselijkheid, verstopping van de darmen en sufheid. Paracetamol en eventuele andere pijnstillers kunnen daarna worden afgebouwd.

De wond/wondjes

U heeft hechtingen in de wond/wondjes van de operatie, deze lossen vanzelf op. U hoeft deze niet te laten verwijderen. Als er een pleister op uw wond/wondjes zit, kunt u deze zelf verwijderen. Een pleister

is niet nodig, tenzij er vocht uit de wond komt.

U mag een tot twee dagen na de operatie weer douchen. U kunt weer in bad na twee weken

Wij adviseren u contact op te nemen met ons:

- Als de wond of de huid rond de wond rood, dikker en warmer wordt;
- Als er pus of bloed uit uw wond komt.

Ophoesten van bloed

Soms kunt u wat (roestkleurig) bloed ophoesten. Dit kan bloed zijn wat nog in de luchtweg is achtergebleven na de operatie. Goed ophoesten is hier belangrijk. Als u (roestkleurig) bloed ophoest raden we u aan altijd even met ons te overleggen.

Koorts

Als u koorts heeft boven de 38,5°C vinden we het belangrijk dat u contact met ons opneemt.

Benauwdheid

Het missen van een grote hoeveelheid longweefsel (door de longoperatie) hoeft geen grote beperkingen op te leveren. Als u thuis benauwd en/of kortademig wordt, neemt u dan contact met ons op. Ook als u deze klachten al had in het ziekenhuis, maar dit thuis erger wordt of niet acceptabel is, belt u dan.

Subcutaan emfyseem

Soms lekt er lucht uit de geopereerde long naar de omliggende weefsels en huid. Het kan zijn dat u thuis hier ook nog wat last van heeft. De huid van de borstkas en soms van de hals en het gezicht kan opzwellen. Dit is niet gevaarlijk maar kan wel vervelend zijn. Als u deze klachten al in het ziekenhuis had en het wordt thuis erger, adviseren we contact met ons op te nemen. Ook als u het thuis voor het eerst krijgt.

Psychische zorgen

Het kan zijn dat u in de loop van de dagen/weken/maanden merkt dat u klachten krijgt zoals somberheid, angst of piekeren. U heeft een onzekere tijd achter de rug waarin de diagnose is gesteld, of het is nog steeds onzeker voor u. U kunt onzeker zijn over de toekomst en in angst leven voor wat u misschien te wachten staat.

Wij maken deze zorgen graag bespreekbaar. Als u door wilt praten of hulp nodig heeft, kunt u ons bellen. Wij denken graag met u mee hoe we u kunnen ondersteunen. Ook de huisarts kan hier een ondersteunende rol in hebben.

Mocht u hier met iemand van het ziekenhuis over willen hebben neem dan contact op met de regie verpleegkundige via het algemeen nummer van Amphia : 076-5955000

Ongerustheid

Soms heeft u geen duidelijke klachten maar bent u gewoon ongerust. Twijfelt u of wilt u doorpraten over uw ongerustheid, neem dan zeker contact met ons op.

Wat kunt u zelf doen aan uw herstel?

Bewegen

Blijf niet in bed liggen of de hele dag op een stoel zitten. Bewegen is belangrijk. U heeft een grote operatie ondergaan en uw lichaam heeft de tijd nodig om te herstellen. U mag echter alles doen wat uw

lijf u toestaat. Mochten er in uw geval toch activiteiten zijn die u niet mag ondernemen, dan bespreekt de chirurg of longarts dit met u.

Het is belangrijk thuis elke dag zelf door te gaan met de oefeningen die de fysiotherapeut met u doorgenomen heeft voor en tijdens de opname.

Wat u wel en niet kunt doen na de operatie is uiteraard ook afhankelijk van de kwaliteit van uw longen vóór de operatie en van de hoeveelheid longweefsel die is verwijderd. Het missen van een grote hoeveelheid longweefsel hoeft geen grote beperkingen op te leveren. Wel kan het betekenen dat u minder lichamelijke inspanning kunt leveren dan voorheen.

Wat goed is om te weten

- Wandelen en fietsen mag op geleide van de pijn.
- Zorg voor voldoende lichaamsbeweging (minimaal een half uur per dag) als uw gezondheid dit toelaat.
- U mag huishoudelijk werk doen zoals ramen zemen, stofzuigen etc. als uw lichaam dit toestaat.

Fysiotherapie

Na de opname is het belangrijk dat uw conditie weer zo goed mogelijk wordt.

U kunt gebruik maken van revalidatie bij de fysiotherapeut. Dit kan bij uw eigen fysiotherapeut, of één in uw woonomgeving.

U kunt uw zorgverzekeraar bellen om te vragen of u aanvullend verzekerd bent, zodat (een deel van) de kosten van de fysiotherapie vergoed worden.

Stoppen met roken

Als u nog rookt, adviseren we u dringend hiermee te stoppen. Het herstel van een operatie gaat beter als u niet rookt. Ook geeft roken veel meer kans op het ontstaan van nieuwe ziekten. Wilt u begeleiding bij het stoppen met roken dan kunt u contact opnemen met uw huisarts. U kunt zelf ook bellen of de website bezoeken van SineFuma, landelijke specialist in activiteiten op het gebied van stoppen met roken, zij begeleiden u zeer deskundig bij het stoppen met roken: www.sinefuma.nl; 076- 88 951 95

Voeding

Een goede voedingstoestand draagt ook bij aan een sneller herstel van uw operatie. U mag alles weer eten wat u voor de operatie gewend was. Als u afvalt of een slechte eetlust heeft kunt u via de huisarts een verwijzing krijgen naar een diëtist. Advies is om in de herstel periode energie en eiwit verrijkte voeding te eten en te drinken. Advies hierover vind u op onze website:

<https://www.amphia.nl/folders/dietetiek-dieetadviezen-bij-een-energie-en-eiwitverrijkte-voeding>
(<https://www.amphia.nl/folders/dietetiek-dieetadviezen-bij-een-energie-en-eiwitverrijkte-voeding>)

Begeleiding thuis

Omdat de overgang van het ziekenhuis naar huis soms spannend kan zijn, kan de regie verpleegkundige ervoor zorgen dat u thuis begeleid gaat worden door één van de longverpleegkundigen van de thuiszorg. Zij zijn gespecialiseerd in de zorg voor mensen die een longoperatie hebben ondergaan.

Veelgestelde vragen

- Wanneer mag ik weer werken?

U mag weer gaan werken als uw lichaam dit toestaat en na overleg met uw bedrijfsarts.

- Wanneer mag ik weer autorijden?

Autorijden mag op geleide van de pijn. Als u nog morfineachtige pijnstillers gebruikt, kan dit uw rijvaardigheid beïnvloeden.

Het kan gevaarlijk zijn aan het verkeer deel te nemen als u dit medicijn gebruikt. Dit komt door bijwerkingen, zoals sufheid, verwardheid en duizeligheid. Als de dosering omhoog gaat, mag u 2 weken niet autorijden.

Nieuwe wet: vanaf 1 juli 2017 kunnen deelnemers aan het verkeer met een speekseltest gecontroleerd worden op drugsgebruik. Daarbij maakt de politie geen uitzondering voor het medicinaal gebruik van morfine. Als u morfine gebruikt, kunt u een positief testresultaat verwachten. Dat betekent dat u risico loopt op een boete of ontzegging van de rijbevoegdheid.

Wanneer mag ik weer vliegen en duiken?

Wilt u vliegen, dan kan dat in principe na 6 weken. Mocht u eerder plannen hebben om te vliegen dan kunt u dit met ons bespreken. Wilt u duiken, bespreek dan met de arts of dit haalbaar is. U mag nooit meer duiken na een pneumonectomie (als u een hele long mist).

Wanneer mag ik mijn CPAP weer gebruiken?

Als u een CPAP gebruikt mag u deze na de operatie gewoon gebruiken.

Controle afspraken in het ziekenhuis

Bij uw ontslag uit het ziekenhuis krijgt u afspraken mee voor controle:

- De regie verpleegkundige belt u enkele dagen na ontslag en bespreekt met u of er vragen of problemen zijn. Hij/zij kan makkelijk overleggen met bijvoorbeeld de chirurg of longarts.
- Ongeveer twee weken na ontslag bij de longarts, u krijgt dan de uitslag van het weefselonderzoek. Ook bespreekt deze met u of er verdere behandeling nodig is.
- Ongeveer twee weken na ontslag komt u bij de chirurg; deze bespreekt met u hoe het gaat en kijkt of uw wond voldoende is genezen.