



Pijnbestrijding na een ingreep

In deze folder geeft het Spijkenisse Medisch Centrum u algemene informatie over pijnbestrijding na een ingreep. Wij adviseren u deze informatie zorgvuldig te lezen. Aanvullingen op deze informatie worden door uw behandelend arts aan u verteld.

U wordt binnenkort of bent onlangs geopereerd door de plastische chirurg in Spijkenisse Medisch Centrum. Het is belangrijk dat u na de operatie zo min mogelijk last heeft van pijn. Als u tijdens de eerste dagen na uw operatie (post-operatief) een goede pijnbehandeling krijgt, dan herstelt u beter. Met deze folder informeren wij u over pijnbestrijding.

Algemeen

Pijn na de operatie kan het genezingsproces nadelig beïnvloeden. Vooral als die pijn langdurig en hevig is. Daarom wordt er op de polikliniek Plastische Chirurgie zoveel mogelijk aan gedaan om pijn optimaal te bestrijden. Uw eigen medewerking is voor goede pijnbestrijding van essentieel belang.

Pijn na de operatie

Pijn na een operatie is vrijwel onvermijdelijk. Pijn waarschuwt u dat u voorzichtig moet zijn of rustig aan moet doen. Teveel pijn kan u belemmeren bij bijvoorbeeld doorademen, hoesten en nachtrust. Ook durft u misschien niet te

bewegen, wat nadelig kan zijn voor uw herstel.

Belang van goede pijnbestrijding

Uit onderzoek is gebleken dat goede pijnstilling het herstel bevordert. Wanneer u minder pijn heeft na de operatie kunt u bijvoorbeeld beter slapen, heeft u meer zin om te drinken en te eten en bent u minder moe. Dit draagt bij aan een sneller herstel en bij patiënten die zijn opgenomen, eerder ontslag uit het ziekenhuis.

Beleving van pijn

Pijn is een ingewikkeld verschijnsel dat moeilijk te meten is. Pijn is een persoonlijke ervaring: ieder mens ervaart pijn op een andere manier. U bent de enige die ons kan vertellen of u pijn heeft en in welke mate de pijn aanwezig is. Het is vaak moeilijk om aan anderen duidelijk te maken hoeveel pijn u heeft. Iedereen ervaart de pijn op zijn of haar eigen manier.

Heeft u pijn? Vertel het ons, ook tussendoor!

Het is belangrijk dat u aan de verpleegkundige of een arts laat weten

hoe het met de pijn is en of de pijnstillers goed werken. Het doel is dat de pijn u zo min mogelijk belemmert bij bijvoorbeeld het ademen, hoesten, bewegen en slapen. Aarzelt u daarom niet om het aan de verpleegkundige of arts te vertellen wanneer u (meer) pijn heeft. De pijnmedicatie kan dan, als het nodig is, op tijd aangepast worden. Hoe langer u wacht met het melden van de pijn, hoe moeilijker de pijn te bestrijden is.

Wat is goede pijnbestrijding?

Pijn kan het beste bestreden worden als die nog niet te hevig is. Daarom adviseren wij u de eerste dagen na de operatie 4 keer daags 1000mg paracetamol in te nemen op vaste tijden. Dit zou eventueel uitgebreid kunnen worden tot 6 keer daags. Het is belangrijk om deze regelmatig in te nemen, ook al voelt u op dat moment geen pijn. Deze zogenaamde basismedicatie ondersteunt de werking van eventuele sterkere pijnstillers. U bouwt daarmee in uw lichaam een stabiele hoeveelheid pijnstillende medicijnen op. Paracetamol is de eerste keus, omdat dit medicijn de minste bijwerkingen heeft als u ze conform voorschrift inneemt. Mocht paracetamol die u op vaste tijden inneemt, onvoldoende helpen, dan is het verstandig om dit zo spoedig mogelijk te melden bij de polikliniek of afdeling waar u opgenomen bent. Welke sterkere pijnstillers u zo nodig krijgt, wordt bepaald en voorgeschreven door de arts.

Ook is het belangrijk dat u zich niet flink probeert te houden als het om pijn gaat. Veel pijn kan het herstel in de weg staan. Twee tot drie dagen na de operatie wordt de pijn meestal minder en kunnen de pijnstillende medicijnen afgebouwd worden. Thuis kunt u de eerste tijd zo nodig doorgaan met het innemen van paracetamol. Eventueel samen met extra pijnstillende medicijnen die voorgeschreven zijn door uw arts.

Mocht het een bezwaar zijn bepaalde medicijnen in te nemen in verband met gezondheidsredenen zoals maagklachten of overgevoeligheid, meld dit bij de verpleegkundige of arts.

Afbouwen

Belangrijk is dat u met de sterkste pijnstillers eerst langzaam afbouwt en daarna met de paracetamol. Het is niet verstandig om in 1 keer te stoppen met pijnstillers. Bouw dit langzaam af naar bijvoorbeeld 2 keer per dag in plaats van 3 keer en daarna naar 1 keer per dag.

Tot slot

Inzien medische gegevens

Op mijn.spijkenissemc.nl kunt u uw medisch dossier inzien. U kunt ook inloggen via onze website www.spijkenissemc.nl.

Vergoeding ziekenhuiszorg

Niet alle ziekenhuiszorg wordt vergoed door uw zorgverzekeraar. Ook betaalt u altijd de hoogte van uw eigen risico.

Vraag vooraf bij uw zorgverzekeraar na of uw bezoek en/of behandeling in het ziekenhuis wordt vergoed. Meer informatie vindt u op www.dezorgnota.nl.

Bereikbaarheid polikliniek Plastische Chirurgie

Neemt u voor vragen, meer informatie of het afmelden van een afspraak contact op met polikliniek Plastische Chirurgie via 0181-65 82 28.

Raadpleeg onze website voor de actuele tijden.

Buiten kantooruren kunt u contact opnemen via het algemene telefoonnummer 0181 - 65 88 88.