



# Ingreep op het lichaam

## Oplosbare hechting

Postoperatieve informatie

Plastische heekunde



## 01 Inhoud

Pijnstilling	4
De hechtingen	4
Activiteiten	4
Wondzorg	5
Het litteken	6
Aandachtspunten	7
Resultaat van de biopsie	8

## 02 Welkom

Beste patiënt

Je werd vandaag geopereerd in ons dagziekenhuis voor een kleine heelkundige ingreep.

In deze brochure lees je hoe je de komende dagen en weken best voor je wonde zorgt.

We wensen je alvast een vlot en spoedig herstel toe.

dr. Nicholas Wilssens

## 03 Pijnstilling

Voor de ingreep kreeg je lokale verdoving. Die werkt nog enkele uren door, waardoor de pijn vaak pas later op de dag opkomt. Zorg dat je voldoende pijnstillers in huis hebt.

Je mag volgende medicatie nemen:

- **Paracetamol (Dafalgan):** maximaal 4×1 g per dag.
- Helpt dit onvoldoende? Dan mag je combineren met **Ibuprofen:** maximaal 3×600 mg per dag. Neem dit steeds in combinatie met een maagbeschermer en stop bij maagklachten.

## 04 De hechtingen

De wonde werd gesloten met een **oplosbare hechting**. Dit wil zeggen dat de draadjes niet verwijderd moeten worden tijdens de controleraadpleging.

## 05 Activiteiten

Het stijgen van de bloeddruk kan ervoor zorgen dat de wonde begint te sijpelen. Bovendien kunnen spiersamentrekkingen of bewegingen in de operatiezone op de wonde trekken, wat de wondgenezing ongunstig kan beïnvloeden.

Vermijd **gedurende 2 weken:**

- intensieve inspanningen zoals sporten;
- bukken;
- het tillen en duwen van zware lasten.

Het is belangrijk dat de wonde proper blijft om infectie zoveel mogelijk te voorkomen. Zolang de wonde aan het genezen is, vermijd je best contact met vuil of stof. De wondzorg gebeurt bij voorkeur dagelijks door jezelf, een familielid of de thuisverpleging.

### Steristrips

Na de operatie wordt de wonde bedekt met **steristrips** (langwerpige witte of bruine pleistertjes).

- Laat deze zitten tot de hechtingen worden verwijderd.
- Ontsmet dagelijks doorheen de steristrips (vb. met Iso-betadine Dermicum of een waterige chlooroplossing).
- Komen ze los? Trek ze dan niet zelf af, maar plak er een extra strip overheen.

Een beetje vocht of kleine bloedplekjes op de steristrips zijn normaal. Vervang ze pas als ze volledig nat of doorbloed zijn.

### Beschermende pleister

Soms wordt er bovenop de steristrips nog een pleister aangebracht. Vervang hem wanneer hij loskomt of vuil wordt. Ontsmet eerst kort doorheen de steristrips.

### Douchen

Na 3 dagen mag je opnieuw douchen. Let hierbij op:

- Niet wrijven over de wonde.
- Douche kort om verweken te vermijden.
- Laat geen zeep over de steristrips lopen.
- Dep voorzichtig droog met een propere handdoek.
- Ontsmet na het douchen opnieuw doorheen de steristrips.

## 07 Het litteken

Zodra de wonde genezen is, de hechtingen verwijderd zijn en de korstjes verdwenen, start de **littekenfase**. Hierin speel je zelf een belangrijke rol.

Aanvankelijk is het litteken vaak rood en hard. Dit kan toenemen tijdens de eerste 6 weken, waarna geleidelijk een versoepeling optreedt en de kleur lichter wordt. Het volledige genezingsproces kan tot een jaar (of zelfs langer) duren.

Je levensstijl heeft een grote invloed op de littekenheling:

- Vermijd roken en zorg voor een evenwichtige voeding.
- Bescherm het litteken tegen de zon (en UV-stralen in het algemeen). Bedek het met een hoofddeksel, blijf in de schaduw en gebruik dagelijks zonnecrème met SPF 50, minstens gedurende het eerste jaar.

Verder kan je het litteken dagelijks, of indien mogelijk meermaals per dag, inmasseren met een hydraterende crème of olie (verkrijgbaar in de supermarkt of drogisterij). Soms is het aangeraden een specifieke litteken-crème te gebruiken (vb. Cicaplast, Cicalfate, ...).

Het is belangrijk om de evolutie van het littekentje goed op te volgen, voornamelijk wat de kleur en het volume betreft. De roodheid moet in de eerste maanden afnemen, het litteken mag slechts beperkt boven het huidniveau uitkomen. Op termijn zal het verkleinen en gelijk met de huid komen.

Indien het litteken toch hard of koordachtig aanvoelt, mag je ons gerust contacteren. Indien nodig bespreken we samen een meer intensieve littekenbehandeling.

## 08 Aandachtspunten

Er zijn 2 belangrijke zaken waarop je zelf moet letten: bloeding/hematoom en infectie.

### Bloeding/ hematoom

Een bloeding treedt meestal binnen de eerste 24 uur op. Een paar opgedroogde druppeltjes bloed op de steristrips zijn normaal, maar wanneer de wonde blijft bloeden of de geopereerde zone opzwellt en hard aanvoelt, neem dan enkele additionele maatregelen:

- Druk uitoefenen: druk gedurende 30 minuten onafgebroken op de wonde, doorheen de steristrips. Gebruik hiervoor steriele kompressen of een propere zakdoek. De druk moet constant blijven; kijk tussendoor niet of de bloeding gestopt is.
- In de overgrote meerderheid van de gevallen is het bloeden dan gestopt. Ontsmet de wonde doorheen de steristrips en breng een nieuwe pleister aan.
- De wonde is nog fragiel en kan plots opnieuw beginnen sijpelen. Herhaal deze stappen zo nodig.

#### Stopt het bloeden niet?

Neem dan contact met ons op. Je kan eventueel een foto sturen (via e-mail of WhatsApp) van de wonde en de bebloede verbanden zodat we de situatie beter kunnen inschatten.

Wanneer we niet onmiddellijk kunnen reageren, probeer dan te bellen. 's Nachts of indien we onbereikbaar zijn, neem je best contact op met je huisarts of de huisartsenwachtpost. Blijf in tussentijd steeds druk uitoefenen.

## Infectie

Een infectie ontstaat meestal pas enkele dagen na de ingreep. Mogelijke klachten zijn:

- warmte;
- pijn;
- zwelling;
- vuil vocht uit de wonde.

Contacteer ons en stuur bij voorkeur een foto en korte beschrijving van de klachten. Bij koorts of als je je ziek voelt en ons niet kan bereiken, contacteer jouw huisarts of de huisartsenwachtpost.

## 09 Resultaat van de biopsie

Als er een huidtumor werd verwijderd, wordt het weefsel opgestuurd naar het labo. Na ongeveer **2 weken** ontvangen zowel wij als je huisarts het resultaat. Vraag er zeker naar tijdens je controleafspraak. Als er verdere stappen nodig zijn, nemen wij zelf contact met je op.







## Vragen?

Bij twijfel of als je je zorgen maakt over het herstel, kan je ons bereiken op:

tel.: 0471 95 37 06 of 0490 22 25 75

e-mail: [nicholas.wilssens@stzh.be](mailto:nicholas.wilssens@stzh.be)



Dierstersteenweg 100 • 3800 Sint-Truiden

[www.sint-trudo.be](http://www.sint-trudo.be)

Volg ons op   