



Ingreep op het lichaam

Niet-oplosbare hechting

Postoperatieve informatie

Plastische heekunde

01 Inhoud

Pijnstilling	4
De hechtingen	4
Activiteiten	4
Wondzorg	5
Het litteken	7
Aandachtspunten	8
Resultaat van de biopsie	10

02 Welkom

Beste patiënt

Je werd vandaag geopereerd in ons dagziekenhuis. Daarbij voerden we een kleine heelkundige ingreep uit.

In deze brochure vind je praktische informatie over het verloop van de komende weken na de operatie.

We wensen je een vlot en spoedig herstel toe.

dr. Nicholas Wilssens

03 Pijnstilling

Voorafgaand aan de ingreep werd lokale verdoving toegediend in de geopereerde zone. Deze werkt enkele uren. Het is dus mogelijk dat je pas later, en niet meteen bij het verlaten van het ziekenhuis, lichte pijn ervaart. Zorg er daarom voor dat je voldoende pijnstillers in huis hebt.

Indien nodig mag je volgende pijnmedicatie innemen:

- **Paracetamol (Dafalgan)**: maximaal 4 x 1 g per dag.
- Bij onvoldoende pijnstilling kan je **Ibuprofen** toevoegen: maximaal 3 x 600 mg per dag. Neem dit steeds in combinatie met een maagbeschermer en stop bij maagklachten.

04 De hechtingen

De wonde werd gesloten met **niet-oplosbare hechtingen**. Dit betekent dat de hechtingen na ongeveer **14 dagen** worden verwijderd tijdens de controleafspraak, tenzij anders met jou werd afgesproken.

05 Activiteiten

Een stijging van de bloeddruk kan ervoor zorgen dat de wonde begint te sijpelen. Daarnaast kunnen spiersamentrekkingen of bewegingen ter hoogte van de operatiezone aan de wonde trekken, wat de wondgenezing ongunstig kan beïnvloeden.

Vermijd daarom gedurende **2 weken**:

- intensieve inspanningen;
- sporten;
- bukken;
- tillen of duwen van zware lasten.

06 Wondzorg

Een goede wondhygiëne is belangrijk om infecties zoveel mogelijk te voorkomen. Zolang de wonde geneest, vermijd je best contact met vuil of stof.

De wondzorg gebeurt bij voorkeur dagelijks, door jezelf, een familielid of de thuisverpleging.

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

Deze mogen blijven zitten tot de hechtingen worden verwijderd.

Ontsmet dagelijks doorheen de steristrips (bijvoorbeeld met Iso-Betadine Dermicum of een waterige chlooroplossing).

De steristrips blijven meestal voldoende lang ter plaatse, maar kunnen bij sommige huidtypes of door wrijving wat loskomen. Trek ze niet zelf los, maar plak er een extra steristrip over om alles goed te fixeren.

Het is normaal dat de wonde vlak na de ingreep wat kan lekken. Kleine bloedvlekjes op de steristrips zijn geen reden om ze te vervangen, tenzij ze volledig nat of doorbloed zijn.

Soms wordt er nog een extra beschermende pleister over de steristrips aangebracht.

- Deze mag vervangen worden wanneer ze loskomt of vuil wordt.
- Ontsmet de steristrips kort voor je een nieuwe pleister aanbrengt.

Douchen

Na ongeveer **3 dagen** mag je douchen. Hou daarbij rekening met volgende aandachtspunten:

- Wrijf niet over de wonde, noch bij het wassen, noch bij het afdrogen.
- Beperk de duur van de douche om verweking van de steristrips te voorkomen.
- Laat geen zeep over de steristrips lopen, dit vermindert de kleefkracht.
- Gebruik een propere handdoek en dep voorzichtig droog.
- Ontsmet na het douchen opnieuw doorheen de steristrips.

07 Het litteken

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

In het begin is het litteken vaak rood en wat harder. Dit kan toenemen tijdens de eerste zes weken. Daarna wordt het litteken geleidelijk soepeler en lichter van kleur. Het volledige genezingsproces kan tot een jaar (of langer) duren.

Je levensstijl heeft een grote invloed op de littekenheling:

- Vermijd roken en zorg voor een evenwichtige voeding.
- Bescherm het litteken tegen zon en UV-straling. Bedek het indien mogelijk, blijf in de schaduw en gebruik dagelijks zonnecrème met SPF 50, minstens gedurende het eerste jaar.
- Je mag het litteken dagelijks, en indien mogelijk meerdere keren per dag, inmasseren met een hydraterende crème of olie (verkrijgbaar in supermarkt of drogisterij). Soms raden we een specifieke litteken-crème aan (zoals Cicaplast of Cicalfate).

Volg de evolutie van het litteken goed op, vooral wat kleur en volume betreft. De roodheid moet in de eerste maanden afnemen en het litteken mag slechts beperkt boven de huid uitsteken. Na verloop van tijd wordt het kleiner en gelijk met de huid.

Voelt het litteken toch hard of koordachtig aan, neem dan gerust contact met ons op. Indien nodig bespreken we samen een intensievere littekenbehandeling.

08 Aandachtspunten

Er zijn twee belangrijke aandachtspunten: **bloeding/hematoom** en **infectie**.

Bloeding

Een bloeding treedt meestal op binnen de eerste 24 uur. Enkele opgedroogde bloeddruppels op de steristrips zijn normaal. Blijft de wonde bloeden of zwelt de geopereerde zone op en voelt ze hard aan, onderneem dan volgende stappen:

- Oefen **30 minuten onafgebroken** druk uit op de wonde, doorheen de steristrips. Gebruik steriele kompressen of een propere zakdoek. Houd de druk constant en kijk niet tussendoor.
- In de meeste gevallen stopt het bloeden. Ontsmet daarna de wonde doorheen de steristrips en breng een nieuwe pleister aan.
- De wonde blijft kwetsbaar en kan opnieuw beginnen sijpelen. Herhaal deze stappen indien 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. Wanneer we niet meteen bereikbaar zijn, probeer telefonisch contact op te nemen.

s' Nachts of bij onbereikbaarheid, contacteer je best je huisarts of de huisartsenwachtpost. Blijf intussen steeds druk uitoefenen.

Infectie

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

- De zone voelt warm aan.
- De zone is pijnlijk en gezwollen.
- Er komt vuil vocht uit de wonde.

Neem in dat geval contact met ons op en bezorg ons bij voorkeur ook een foto en een korte beschrijving van de klachten.

Bij koorts of als je je ziek voelt en ons niet tijdig kan bereiken, contacteer dan jouw huisarts of de huisartsenwachtpost.

Wanneer een huidtumor werd verwijderd, wordt het weefsel steeds opgestuurd naar het laboratorium voor verder onderzoek. Na ongeveer **2 weken** ontvangen wij en je huisarts het resultaat. Informeer hier zeker naar tijdens je controleafspraak. Indien verdere behandeling nodig is, 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



Diestersteeweg 100 • 3800 Sint-Truiden

www.sint-trudo.be

Volg ons op   