

Adviezen na het verwijderen van een afwijking in de borst door de chirurg

U bent geopereerd aan uw borst, hieronder kunt u een aantal adviezen en leefregels vinden.

Vermoeidheid

In het ziekenhuis hebt u misschien het gevoel dat u al veel kunt. Maar thuis valt het vaak toch wat tegen. U kunt sneller moe zijn en minder doen dan u had verwacht. Dat is heel normaal na een operatie. Het is daarom goed om naar uw lichaam te luisteren en extra rust te nemen.

Pijnstilling

Om pijn te verminderen, mag u paracetamol gebruiken. Paracetamol is zonder recept te koop bij de apotheek, drogist of supermarkt. De borst kan de eerste dagen gevoelig zijn. Een sport-bh kan dan helpen. U kunt deze ook tijdens het slapen dragen. Bij pijnklachten adviseren wij, tenzij uw arts iets anders heeft gezegd, om regelmatig paracetamol te gebruiken (maximaal 4 keer per dag 1000 mg). Goede pijnstilling kan helpen bij een beter herstel.

U kunt zelf bepalen hoe snel u de paracetamol afbouwt. Bijvoorbeeld van vier keer per dag naar twee of één keer per dag, en daarna stoppen. Luister goed naar uw lichaam. Als u

nog pijn heeft, heeft u waarschijnlijk nog pijnstilling nodig. Het kan ook helpen om paracetamol voor het slapen in te nemen, zodat u beter kunt slapen.

Douchen

U mag de dag na de operatie weer douchen, als u zich daar goed genoeg voor voelt. U mag ook weer deodorant gebruiken, maar zorg dat dit niet in de operatiewond komt. Wij adviseren u om de eerste twee weken niet te zwemmen en niet in bad te gaan.

Hechtingen

De chirurg gebruikt meestal hechtingen die vanzelf oplossen. Soms ziet u een doorzichtig draadje aan het uiteinde van de wond. Dit kan wat irritatie geven

Wondverzorging

De wond kan goed genezen zonder pleister. Dit is ook beter voor de huid eromheen. De pleister die vanaf de operatiekamer op de wond zit, mag 24 uur na de operatie, voor het douchen, verwijderd worden. De huid rond de wond kan doof of vreemd aanvoelen als u deze aanraakt. Dit komt vaker voor.

Meestal herstelt het gevoel voor een groot deel binnen één tot twee jaar. De huid rond de wond kan doof of vreemd aanvoelen als u deze aanraakt. Dit komt vaker voor. In het begin kan de wond wat dik zijn of aanvoelen. Dit wordt

meestal langzaam minder. Een litteken krijgt na ongeveer één jaar zijn uiteindelijke vorm en kleur.

Activiteiten

Door de narcose mag u de eerste 24 uur na de operatie niet zelf autorijden of aan het verkeer deelnemen. Wij adviseren u om het de dag na de operatie rustig aan te doen. Daarna kunt u uw gewone activiteiten weer langzaam oppakken. U merkt zelf vaak het beste wat wel en niet lukt. Luister daarom goed naar uw lichaam.

Dragen van de beha

Wij adviseren u om een stevige beha mee te nemen, bijvoorbeeld een sport-bh. U kunt deze de eerste week dag en nacht dragen.

Complicaties

Zoals bij iedere operatie kunnen er complicaties optreden, zoals een bloeditstorting of een wondinfectie.

- Een bloeditstorting ontstaat meestal direct na de operatie, als u nog in het ziekenhuis bent.
- Een wondinfectie herkent u aan pijn, roodheid en zwelling van de wond. U kunt ook koorts krijgen.

Twijfelt u of u een wondinfectie heeft? Neem dan contact op met de mammacare verpleegkundige. Het is handig om eerst uw temperatuur te meten. Soms kan er wat vocht uit de wond

komen. Als dit niet samen gaat met pijn of roodheid, kunt u meestal rustig afwachten.

Wanneer kunt u contact opnemen en met wie?

Neem contact op met het ziekenhuis, bij voorkeur aan het begin van de dag, als:

- u koorts heeft van 38,5 °C of hoger;
- u pijn, roodheid én zwelling van de wond heeft.

Twijfelt u? Dan mag u altijd bellen.

Mammacare Den Haag: 06-30600865 (Dr. Merkus, Dr. Leenders, Dr. Jannink)

- Of via de beter dichtbij app of via e-mail:
mammacare@hagaziekenhuis.nl
- Bij geen gehoor kunt u tijdens kantoortijden de poli heerkunde Den Haag bellen 070-2102735.
- In het weekend en na kantooruren kunt u de verpleegafdeling bellen.

Mammacare Zoetermeer: 079-3462814 (Dr. Levert, Dr. Schilders)

- Of via de beter dichtbij app of via e-mail:
mamacarezoetermeer@hagaziekenhuis.nl
 - Bij geen gehoor kunt u tijdens kantoortijden de poli
heelkunde Zoetermeer: 079-3466585
 - In het weekend en na kantooruren kunt u de Spoedeisende
Hulp bellen: 079- 3466539
-

Wat vindt u van deze patiënteninformatie?

Wij horen graag uw mening over deze folder. Wilt u na het lezen enkele vragen beantwoorden? U vindt de vragen via deze link:
<https://folders.hagaziekenhuis.nl/2228>. Dank u wel.

Spreekt u geen of slecht Nederlands?

De informatie in deze folder is belangrijk voor u. Als u moeite heeft met de Nederlandse taal, zorg dan dat u deze folder samen met iemand leest die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

Do you speak Dutch poorly or not at all?

This brochure contains information that is important for you. If you have difficulty understanding Dutch, please read this brochure with someone who can translate or explain the information to you.

Czy Państwa znajomość języka niderlandzkiego jest żadna lub słaba?

Informacje zawarte w tym folderze są ważne dla Państwa. Jeśli język niderlandzki sprawia Państwu trudność, postarajcie się przeczytać informacje zawarte w tym folderze z kimś, kto może Państwu je przetłumaczyć lub objaśnić.

Hollandaca dilini hiç konuşamıyor musunuz veya kötü mü konuşuyorsunuz?

Bu broşürdeki bilgi sizin için önemlidir. Hollandaca dilinde zorlanıyorsanız, bu broşürü, size tercüme edecek ya da açıklayacak biriyle birlikte okuyun.

إذا كنتم لا تتحدثون اللغة الهولندية أو تتحدثونها بشكل سيء إن المعلومات الموجودة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم. إذا كانت لديكم صعوبة في اللغة الهولندية، فاحرصوا عندئذ على قراءة هذا المنشور مع شخص يترجم المعلومات أو يشرحها لكم.

589318032026