Adviezen na een nierverwijderingsoperatie (nefrectomie)

Deze informatie is voor patiënten die een operatie hebben ondergaan waarbij één van de nieren is verwijderd. De informatie gaat over het ontslag uit het ziekenhuis en de periode na de operatie.

Tijdens uw opname bent u behandeld en begeleid door verschillende zorgprofessionals. Nu u naar huis gaat, heeft u misschien het gevoel dat u en uw partner en/of familie er alleen voor staan. Hieronder zetten we een aantal belangrijke zaken waar u rekening mee moet houden na uw ontslag op een rijtje. U kunt ons natuurlijk ook altijd bellen als u nog vragen heeft.

Wanneer contact opnemen?

Neem altijd contact op als:

- U een pijnlijke rode zwelling heeft;
- U koude rillingen heeft;
- U koorts heeft en een lichaamstemperatuur van boven de 38.5°C;
- U last heeft van aanhoudende pijn die niet verdwijnt met de voorgeschreven dosis paracetamol.

Hieronder leest u met wie u kunt bellen.

Contact opnemen

Heeft u in de eerste 10 dagen na uw ontslag vragen over uw behandeling, operatie of opname? Dan belt u:

- tijdens kantooruren (8.00 - 16.15 uur) met de poli Urologie (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/504), T 088 320 25 00 (tel:0883202500)
- in de avond en nacht met de Afdeling F2 Urologie, T 088 320 62 92 (tel:0883206292).
  Een verpleegkundige staat u dan te woord. Indien nodig overlegt de verpleegkundige met de arts.

Na de eerste 10 dagen neemt u buiten kantooruren contact op met uw huisartsenpost (buiten kantooruren).

Wondverzorging thuis

Uw wond heeft niet veel verzorging nodig. Houd rekening met het volgende:

- De hechtingen lossen vanzelf op binnenin de huid;
- Als u nietjes (agraves) heeft gekregen worden deze op de poli of door de huisarts verwijderd;
- Laat de hechtstripjes zitten totdat deze vanzelf loslaten;
- De eerste 2 weken na de operatie mag u niet in bad of zwemmen in verband met oplosbare hechtingen. U mag douchen met de wond.

- Na het douchen hoeft er geen nieuwe pleister op de wond

Leefregels en adviezen voor thuis

Hieronder vindt u aantal praktische adviezen voor thuis rondom onder andere pijnstilling, bewegen en eten en drinken.

Pijnstilling

De eerste paar weken na de operatie kunt u pijn hebben. Daarom geven wij het advies om bij pijn 4 keer per dag 1000 mg paracetamol in te nemen. De tijdstippen van inname zijn 8.00, 12.00, 17.00 en 22.00 uur. Daarnaast krijgt u zo nodig bij ontslag een recept mee voor extra pijnstilling. Deze kunt u naast de paracetamol innemen als u merkt dat de paracetamol onvoldoende helpt tegen de pijn.

Bloedverdunners

Gebruikte u voor de operatie bloedverdunners (acenocoumarol, fenprocoumon, Ascal®, Plavix® etc.)? dan mag u hier alleen weer mee starten als u dit met uw arts heeft afgesproken. Uw arts vertelt voordat u naar huis gaat wanneer u uw medicijnen weer mag innemen.

Drinken

We adviseren u om 2 liter vocht per dag te drinken (tenzij u een vochtbeperking heeft). Dit draagt bij aan een goed herstel en zorgt ervoor dat u voldoende urine aanmaakt. Er zit ook vocht in yoghurt, vla en soepen. Als u het moeilijk vindt om veel te drinken, kunt u die produkten ook nemen.

Alcohol

Er zijn wat alcohol betreft geen specifieke regels waar u zich na deze operatie aan moet houden. Indien u alcohol drinkt, doe dit dan met mate.

Eten

We adviseren u om vezelrijke voeding (bruin/volkoren brood, veel fruit en groente) te eten om een regelmatige stoelgang te bevorderen. Zo voorkomt u dat u te veel moet persen als u naar het toilet gaat en dat er te veel druk op het wondgebied komt.

Vermoeidheid

In de eerste periode na de operatie kunt u een minder goede conditie hebben. U bent moe en heeft een trager reactievermogen. Het is belangrijk om hier goed mee om te gaan. Zorg ervoor dat u uw activiteiten goed over de dag verdeelt en voldoende rust neemt. U zult merken dat uw conditie geleidelijk aan weer beter wordt.

Bewegen / tillen / sporten

U mag de eerste 6 weken geen zware lichamelijke arbeid verrichten. Zwaar tillen (5-15 kg), zware huishoudelijke werkzaamheden (zoals stofzuigen) en sporten, kunt u in deze periode beter vermijden. Dit om de

wondgenezing van binnen niet te verstoren.

In bad, douchen of zwemmen

U mag 2 weken niet zwemmen en/of in bad. Douchen mag u wel. (zie ook kopje wondverzorging thuis)

Fietsen / autorijden

We adviseren u om de eerste 2 weken niet te fietsen en te autorijden. U heeft een zware operatie ondergaan en het is belangrijk dat u hiervan eerst goed herstelt.

Polibezoek na de operatie

U komt na ongeveer 2 weken terug op de polikliniek voor controle. De verpleegkundig specialist of uroloog bespreekt dan de uitslag van het weefselonderzoek met u. In de meeste gevallen is de controle afspraak bij de verpleegkundig specialist. Als u geen oplosbare hechtingen heeft, worden deze verwijderd. Ook kunnen eventuele knoopjes van oplosbare hechtingen worden verwijderd.

Belangrijke telefoonnummers

- Polikliniek Urologie (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/504): 088 320 25 00
- Spoedeisende Hulp (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/472): 088 320 3300

Hoofdbehandelaar

Patiënten worden in het ziekenhuis regelmatig door meerdere medisch specialisten tegelijk gezien. Er is echter altijd één medisch specialist eindverantwoordelijk voor de medische behandeling: de 'hoofdbehandelaar'. Het is voor u dus belangrijk om te weten wie dit is. Wilt u weten wie uw hoofdbehandelaar is? Vraag dit dan aan de zaalarts of verpleegkundig specialist.

Het filmpje Wie is uw hoofdbehandelaar? (https://www.antoniusziekenhuis.nl/wie-uw-hoofdbehandelaar)geeft u meer informatie hierover.

Veilige zorg in het ziekenhuis

In het St. Antonius Ziekenhuis staat veiligheid voorop. Onze medewerkers doen er alles aan om uw bezoek aan het ziekenhuis zo goed mogelijk te laten verlopen. Help ons s.v.p. om goed voor u te zorgen door ons te vertellen:

- Welke medicijnen u gebruikt.
- Of u allergieën heeft.
- Als u iets niet begrijpt.
- Wat u belangrijk vindt.
- Als u iets ziet wat niet schoon is.

Bereid uw gesprek met uw zorgverlener goed voor. Voor tips: Begin een goed gesprek (https://begineengoedgesprek.nl/)

Op de website van de Nederlandse Patiëntenfederatie (https://www.patientenfederatie.nl) leest u meer tips over hoe u zelf kunt bijdragen aan veilige zorg.

Expertise en ervaring

De urologen van het St. Antonius Ziekenhuis hebben uitgebreide expertise op het gebied van alle algemene urologische zorgvragen. Vanwege de omvang van de urologische praktijk hebben zij veel ervaring op het gebied van alle mogelijke urologische ziektebeelden. Daarnaast beschikken zij over de meest moderne apparatuur om tot een goede diagnose te komen en de voor u meest passende behandeling aan te kunnen bieden.

Meer informatie

Websites

- Nierstichting.nl (https://nierstichting.nl/)
- Nieren.nl (https://www.nieren.nl/)
- KWF Kankerbestrijding (https://www.kwf.nl/donatie/doneren?utm_source=sea-284&gclid=Cj0KCQjw0oyYBhDGARIsAMZEuMvlkAeySrcQQ8R1iAeeCVnXr1buiXg9aSAsyO0H_ftG7BsDmKPrLaoaAr4hEALw_wcB)
- Nederlandse Federatie van Kankerpatiënten (https://nfk.nl/)
- Patiëntenvereniging voor mensen met blaas- of nierkanker (https://stichtingduos.nl/patientenvereniging-leven-met-blaas-of-nierkanker-activiteiten/)

Gerelateerde informatie

Behandelingen & onderzoeken

- Nierverwijdering via kijkoperatie (https://www.antoniusziekenhuis.nl/nierverwijdering-kijkoperatie)
- Nierverwijderingsoperatie (nefrectomie) (https://www.antoniusziekenhuis.nl/nierverwijderingsoperatie-nefrectomie)
- Adviezen na nierverwijderingsoperatie via kijkoperatie (https://www.antoniusziekenhuis.nl/adviezen-na-nierverwijderingsoperatie-kijkoperatie)

Specialismen

- Urologie (https://www.antoniusziekenhuis.nl/urologie)

Contact Urologie **T 088 320 25 00**