



Uw opname in het ziekenhuis. Bariatrische chirurgie.

U leest deze folder omdat u geopereerd gaat worden in verband met overgewicht. Het is slim om deze folder na de operatie nogmaals te lezen. In deze folder leggen wij uit wat er tijdens de opname gebeurt en hoe u na de operatie zelf zoveel mogelijk kunt doen aan uw herstel.

Voor de operatie

U wordt door de verpleegkundige naar de voorbereidingsruimte op het operatiecomplex gebracht. Hier zal het infuus ingebracht worden en wacht u op het moment dat u naar de operatiekamer gaat.

De operatiekamer

Op de operatiekamer wordt u verzocht zelf vanuit uw bed over te stappen op de operatietafel.

Vervolgens wordt alle noodzakelijke apparatuur aangesloten. Als het gehele team aanwezig is volgt een laatste veiligheidscheck, waarna de anesthesioloog begint met de narcose.

Na de operatie wordt u verzocht weer zelf over te stappen van de operatietafel naar uw eigen bed. U wordt naar de uitslaapkamer gebracht. U mag terug naar de afdeling als u voldoende wakker bent.

Terug op de verpleegafdeling.

Drinken:

U mag zodra u terug bent op de afdeling direct beginnen met het drinken van kleine slokjes water. Het is de bedoeling dat u aan het einde van de dag (22:00 uur) in totaal 2 glazen water (300ml) heeft gedronken.

Bewegen:

Het is van belang dat u na de operatie zo spoedig mogelijk weer in beweging komt. Dit helpt bij het afvoeren van de operatie-gassen en is belangrijk om trombose (bloedpropjes) te voorkomen.

Na ongeveer 2 uur op de afdeling zal de verpleegkundige u gaan vragen om in de stoel te gaan zitten.

Later op de dag wordt er van u verwacht dat u (zelfstandig) uit bed komt en een ronde over de gang(en) kunt lopen.

U kunt zelf bijdragen aan meer beweging tijdens de opname door uw pyjama te vervuilen voor comfortabele kleding.

Ervaart u pijn, misselijkheid, of andere klachten; bespreek dit met de verpleegkundige. De verpleegkundige zal u dan verder helpen.

De volgende dag:

In de ochtend zal de zaalarts bij u langs komen. De arts bespreekt met u hoe het gaat met de pijn, het bewegen en of u voldoende heeft kunnen drinken.

Als u meer dan 500 ml heeft gedronken en de pijn onder controle is, mag u aan het einde van de ochtend naar huis.

U licht zelf de persoon in die u komt ophalen in het ziekenhuis.

De verpleegkundige en de arts zullen de ontslagpapieren/ recepten regelen. U kunt uw medicatie ophalen bij de apotheek in het ziekenhuis. De recepten worden digitaal verstuurd naar de apotheek in het ziekenhuis.

Na ontslag:

De 3^e dag na de operatie mag u starten met vloeibaar eten (pap, vla, yoghurt, babyvoeding, gepureerde voeding).

In het begin gaat dit soms moeizaam, maar in de komende zes weken zal dit verbeteren.

Het is belangrijk dat u zich aan de voedingsadviezen van de Nederlandse Obesitas Kliniek houdt.

De meest voorkomende klachten in de eerste dagen worden hieronder kort besproken.

Pijnklachten:

De operatiewondjes zullen de eerste periode na de operatie nog gevoelig zijn. Met name na Gastric Sleeve kunt u meer pijn in de linker bovenbuik voelen. Via deze wond is de maag verwijderd, en hier is een extra (oplosbare) hechting geplaatst.

Gebruik de paracetamol de eerste 3-5 dagen standaard 4x per dag. Zo is er altijd sprake van een goede hoeveelheid pijnstilling in uw lichaam. Daarna kunt u op geleide van de klachten de inname verminderen.

Wondjes:

De pleisters mogen na twee dagen worden verwijderd. Onder de pleister heeft u kleine hechtpleisters. Ook de hechtpleisters mogen worden verwijderd.

Misselijkheid en braken:

Dag 3 t/m 10 na de operatie dient u alleen (dik) vloeibare voeding te gebruiken.

Na deze periode kunt u langzaam aan weer voedingsmiddelen proberen volgens de richtlijnen. Het is belangrijk om dit in kleine hoeveelheden en langzaam uit te breiden.

Indien u toch klachten ervaart (misselijkheid, snel vol gevoel), dan is het raadzaam om tijdelijk (weer) vloeibare voeding te gebruiken en de normale voeding langzamer op te bouwen.

Zie ook de map van de Nederlandse Obesitas Kliniek voor tips en adviezen en houdt in ieder geval rekening met de volgende instructies;

- *Neem altijd kleine porties en eet rustig.*
- *Leg het bestek na elke hap even neer en wacht een moment.*
- *Kauw goed, probeer minimaal 10 kauwbewegingen te maken .*
- *Drink niet gelijktijdig met het eten maar houdt ongeveer 20-30 minuten rust tussen eten en drinken.*

Passageklachten:

Na de operatie houdt u in het operatie gebied vocht vast. Dit gebeurt ook op de verbinding van (nieuwe) maag naar darm waardoor de passage van voeding soms tijdelijk moeilijker kan gaan. Dit wordt geleidelijk aan minder.

Als u het gevoel heeft dat de voeding niet goed “zakt” en/of u ervaart een pijnlijk gevoel in de slokdarm is het advies om langzamer te eten, minder grote happen en/of slokken te nemen. Zo nodig gaat u tijdelijk terug te gaan naar een vloeibaar dieet. U kunt elke dag opnieuw proberen of vaste voeding beter gaat.

Obstipatie:

Obstipatie (verstopping in de darmen) wordt vaak veroorzaakt door de minimale vocht- en vezelname. Vooral in de beginperiode is het lastig om voldoende vocht binnen te krijgen. We adviseren dan ook om de gehele dag kleine hoeveelheden te drinken en voldoende vezels in te nemen. Kies bij het uitbreiden naar vaste voeding bij brood en pasta voor volkoren producten.

Medicatie na bariatrische chirurgie:

Na de operatie is het innemen van extra vitamine en mineralen van groot belang, in verband met de slechtere opname van voedingsstoffen in de darm en de kleinere maaltijden die u kunt eten. U kunt zonder extra vitaminen en mineralen tekorten opbouwen.

De speciaal geadviseerde hoge dosis multivitaminen dient u levenslang dagelijks in te nemen.

Naast de vitaminen krijgt u bij ontslag tevens een (digitaal) recept voor Calci Chew D3 (calcium tabletten) en een maagbeschermer. De calciumtabletten dient u levenslang te gebruiken, de maagbeschermer minimaal 6 maanden.

Indien u vragen heeft of problemen heeft kunt u advies krijgen bij onze obesitasverpleegkundigen en Physician assistant.

Medische vragen:

- Niet dringend? Neem contact op met uw huisarts of stuur een e-mail naar obesitascentrum@rkz.nl.
- Of bel maandag tussen 11.00- 12.00 uur of op donderdag tussen 15.00- 16.00 uur naar: **0251-265598**. Dit is een telefonisch spreekuur van de obesitas verpleegkundigen van het Rode Kruis Ziekenhuis (voor patiënten tot 1 maand ná de operatie).
- U kunt een bericht achter laten op de Beter Dichtbij App (voor patiënten tot 1 maand ná de operatie).
- **Overdag spoed?** U kunt altijd bellen naar de Spoedeisende Hulp van het RKZ in Beverwijk.