

Gebruiksaanwijzing Psylliumzaad (metamucil, volcolon, psylliumvezels)

Chirurgie

Inleiding

U gaat op advies van de arts of verpleegkundige beginnen met medicatie om de ontlasting te optimaliseren.

Bristolschaal

De Bristolschaal geeft aan welke vorm de ontlasting heeft en welke score daarbij hoort. De ideale score op de Bristolschaal voor ontlasting is tussen de 3 en 4.

Wat is Psylliumzaad?

Psylliumzaden komen van de psylliumplant. Psylliumzaad bevat vezels die veel vocht kunnen aantrekken en vasthouden.

Die eigenschap kan op twee verschillende manieren gebruikt worden:

1. Om te harde ontlasting soepeler te maken (Bristoltype 1 of 2):

De vezels zorgen dat de ontlasting meer water kan opnemen. De ontlasting wordt hierdoor zachter en zwelt wat op.

2. Om te dunne ontlasting vaster te maken (Bristoltype 5, 6 of 7):

De vezels binden aan het vocht in de ontlasting. Hierdoor wordt de ontlasting vaster en zorgt het voor meer volume.

Psylliumzaad innemen

Psylliumzaad werkt als een soort spons. Wanneer het ingenomen wordt met veel water, neemt het dit water mee naar uw ontlasting, waardoor die dunner wordt. Wanneer het ingenomen wordt met weinig water, kan het juist in de darmen overtollig vocht opnemen, waardoor de ontlasting indikt.

De manier waarop u psylliumzaad inneemt, bepaalt dus het effect op uw ontlasting.

Let op: volg daarom onderstaande instructies. Gebruik **niet** de gebruiksaanwijzing in de bijsluiter!

Meestal gebruikt u 1, of eventueel 1½ of 2 zakjes psylliumzaad per keer. Overleg met de arts of verpleegkundige welke hoeveelheid voor u werkt.

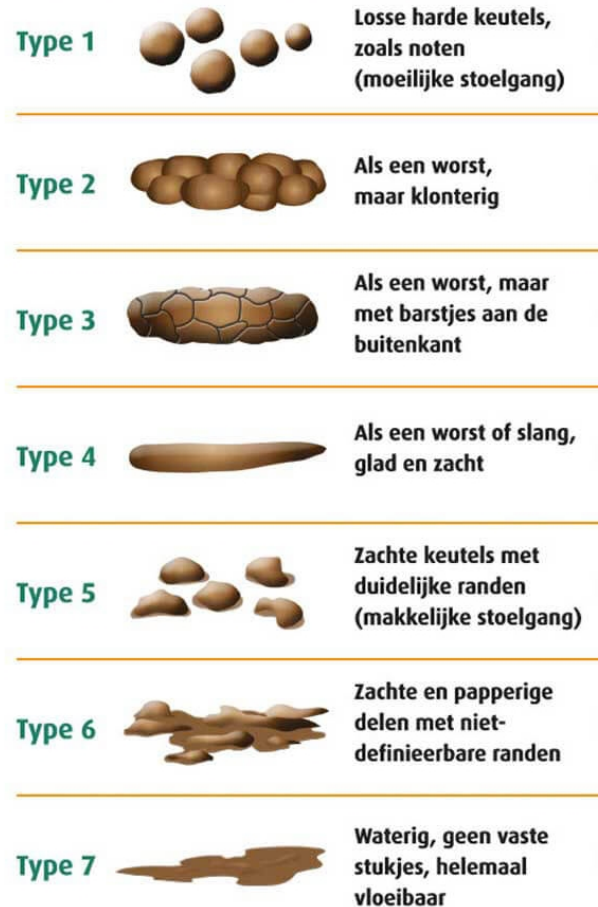
Volg goed de volgende instructies!

1. Om te harde ontlasting soepeler te maken:

- meng de juiste hoeveelheid psylliumzaad met een glas koud water of met voedsel (bijvoorbeeld vla of yoghurt).
- roer goed en drink of eet op.
- drink na iedere dosis een extra glas water.
- neem het niet vlak voor slapen gaan in.

2. Om te dunne ontlasting vaster te maken:

- meng de juiste hoeveelheid psylliumzaad met wenig water (half glas)
- roer goed, en drink direct op! Als u te lang wacht, dikt het middel in zodat een geleijachtige substantie ontstaat.
- drink het meteen na de maaltijd!
- drink in het halve uur hierna niets!



Afbeelding 1: Bristolschaal

Belangrijke telefoonnummers / contactgegevens

- Poliklinieken Chirurgie
 - Algemene chirurgie, tel. (053) 4 87 34 40
 - Oncologische Chirurgie, route B11, tel. (053) 4 87 34 41.
 - Chirurgie Oldenzaal, route 159, tel. (053) 4 87 34 40.
- Stomaverpleegkundige Chirurgie Enschede, route B11, tel. (053) 4 87 34 41 (maandag t/m vrijdag, tijdens kantooruren)

Tenslotte

U heeft recht op juiste en volledige informatie. Pas als u voldoende inzicht heeft, kunt u weloverwogen toestemming geven voor een bepaalde behandeling of een bepaald onderzoek. Als iets u niet geheel duidelijk is, vraagt u de specialist dan om nadere uitleg.