

Leefregels bij hyperemesis

Overmatige zwangerschapsmisselijkheid

Gynaecologie

Inleiding

U heeft in ons ziekenhuis gelegen in verband met hyperemesis. Voordat u met ontslag gaat, bespreken de gynaecoloog, verpleegkundige en eventueel de diëtiste een aantal zaken met u. Deze folder geeft algemene informatie over leefregels bij hyperemesis.

Dagelijkse activiteiten

Als u weer thuis bent, kunt u uw dagelijkse activiteiten geleidelijk uitbreiden tot uw normale niveau. Bij twijfel overlegt u met uw gynaecoloog of verloskundige.

Voeding

U kunt gewoon de dingen eten die u lekker vindt. Wij hebben wel een aantal adviezen:

- vermijd spijzen en / of geuren die misselijkheid en braken uitlokken;
- zorg ervoor dat u geen lege maag heeft, gebruik vaak kleine maaltijden;
- eet ook iets lichts voor het slapen gaan;
- gebruik het ontbijt op bed, last hierna een rustpauze in;
- vermijd sterk gekruide en vette spijzen;
- drink na de maaltijd licht bruisend water (bevordert de vertering);
- zorg voor een rustige omgeving.

Medicijnen

Na uw ziekenhuisopname kunt u de medicijnen die u thuis gebruikte blijven innemen, tenzij anders met u is afgesproken. Soms zijn er tijdens de opname veranderingen in de medicijnen aangebracht, waardoor u bepaalde medicijnen niet meer hoeft te gebruiken of u juist medicijnen erbij gekregen heeft. Deze veranderingen in medicijngebruik geeft de gynaecoloog door aan de apotheek. U kunt dan op de dag dat u met ontslag gaat uw medicatie ophalen bij de Poliklinische Apotheek in het ziekenhuis of bij uw eigen apotheek (na 16.30 uur). Twijfelt u over het wel of niet innemen van bepaalde medicijnen, bespreek dit dan met uw huisarts of met de gynaecoloog tijdens uw bezoek aan de polikliniek.

Vragen?

Bij problemen en / of vragen kunt u contact opnemen:

- tijdens kantooruren met het secretariaat van de polikliniek Gynaecologie, telefoon (053) 4 87 23 30;
- buiten kantooruren met de dienstdoende gynaecoloog via de receptie van MST, telefoon (053) 4 87 20 00.

Belangrijke contactgegevens

- Gynaecologie, route H03, telefoon (053) 4 87 23 30.

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 verpleegkundige of gynaecoloog dan om nadere uitleg.

De afdeling wenst u een voorspoedige zwangerschap.