

## Leefregels voor wond- en littekenverzorging

### Plastische Chirurgie

#### Inleiding

U heeft in ons ziekenhuis een ingreep ondergaan, als gevolg waarvan u een wond of litteken heeft. Deze folder geeft algemene informatie over leefregels voor wond- en littekenverzorging.

#### Leefregels

Houdt u na de ingreep rekening met het volgende:

- na de operatie heeft u één of meerdere hechtingen. De meeste wonden zijn beschermd met hechtpleisters. Die kunt u rustig laten zitten tot de eerste afspraak op de polikliniek;

Na de wondcontrole en het verwijderen van de hechtingen:

- laat de wond zo veel mogelijk aan de lucht drogen, tenzij anders aangegeven door de dokter of de verpleegkundige. Dit betekent dat u de wond zo min mogelijk moet afplakken met pleisters;
- als de wond helemaal genezen is, kunt u het litteken masseren met een crème of zalf. Wij adviseren calendula (smeer dit eerst op een andere plek i.v.m. mogelijke huidirritatie). Dit is te koop bij drogist en supermarkt. Ook mag u uierzalf / crème, Nivea, huidolie, of iets soortgelijks gebruiken. Gebruik liever geen vaseline;
- Neem een klein beetje crème / zalf. Met het topje van de pink heeft u in principe voldoende. Ga met een ronddraaiende beweging over het litteken. Zorg ook voor enige druk op het litteken. Zo krijgt u het litteken soepel. Sla kleine, nattende wondjes over, totdat er een korstje overheen zit;
- masseer het litteken twee keer per dag en doe dit tenminste drie maanden. Bedenk dat het litteken ongeveer anderhalf jaar nodig heeft om te genezen en tot rust te komen;
- bescherm het litteken tegen zonlicht en UV-stralen. Dit kunt u doen door gebruik van zonnebrandcrème (factor 50).

#### (Pijn)klachten

Heeft u wondproblemen, ernstige pijnklachten of andere vragen, dan kunt u altijd tijdens kantooruren contact opnemen met de polikliniek Plastische Chirurgie.

Buiten kantoor tijden dient u contact op te nemen met de receptie van het ziekenhuis, telefoon (053) 487 20 00. Zij nemen contact op met de dienstdoende plastisch chirurg.

#### Belangrijke contactgegevens

- Polikliniek Plastische Chirurgie Enschede, route C13, telefoon (053) 487 22 50;
- Polikliniek Plastische Chirurgie Oldenzaal, route 180, telefoon (053) 487 22 50.

#### 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 of verpleegkundige dan om nadere uitleg.