

Leefregels na een vertebroplastiek

Inleiding

U heeft in ons ziekenhuis een vertebroplastiek ondergaan, een geheel of gedeeltelijke pijnvermindering en versterking van het wervellichaam door het inspuiten van cement. U kunt nu uw dagelijkse activiteiten langzaam maar zeker weer hervatten. Goede eet- en leefgewoonten bevorderen de genezing. Ook rust komt uw herstel ten goede.

Voordat u met ontslag gaat, bespreken de radioloog en de verpleegkundige deze zaken met u. Deze folder geeft algemene informatie over leefregels na een vertebroplastiek.

Dagelijkse activiteiten

Als u weer thuis bent, kunt u uw dagelijkse activiteiten geleidelijk uitbreiden tot uw normale niveau, ook wat betreft autorijden en fietsen. Informeer ook altijd bij uw verzekeraar wanneer u weer mag autorijden en fietsen. Alles mag weer, op geleide van de pijn. Bewegen is goed, til alleen geen zware dingen, probeer niet te vallen, alle adviezen die bij osteoporose (botontkalking) horen. De pijn neemt de eerste weken af. U kunt nu nog pijn ervaren door de ingreep.

Voeding

U kunt na de behandeling normaal eten.

Pijnbestrijding

Het is mogelijk dat u de eerste dagen nog pijn heeft en de klachten niet meteen weg zijn.

Een goede pijnbestrijding is belangrijk voor het genezingsproces. Daarom is het raadzaam dat u eventuele pijn met pijnstillers onderdrukt. Hiervoor kunt u paracetamol gebruiken volgens de instructies in de bijsluiter.

Soms is het prettiger om zetabletten te gebruiken of de tabletten op te lossen in water. Heeft u zwaardere pijnstillers dan paracetamol nodig, bespreek dit dan met de arts van de rugpoli.

Medicijnen

Na uw ziekenhuisopname kunt u de medicijnen die u thuis gebruikte blijven innemen, tenzij anders met u afgesproken is.

Twijfelt u over het wel of niet innemen van bepaalde medicijnen, bespreek dit dan met uw arts van de rugpoli.

Seksualiteit

Er zijn geen medische bezwaren om uw seksuele gewoontes van voor de operatie weer op te pakken. Hierbij geldt hetzelfde als bij de overige lichamelijke inspanningen: luister goed naar de mogelijkheden van uw lichaam.

Sport

Sporten, baden en zwemmen mag u hervatten na 5 dagen.

(Pijn)klachten

Heeft u de eerste twee dagen na ontslag uit het ziekenhuis één van onderstaande klachten, neem dan contact op:

- met de afdeling radiologie, telefoon (053) 4 87 32 00;
- of met uw arts van de rugpoli, telefoon (074) 3 76 20 14;
- buiten kantooruren kunt u contact opnemen met de huisartsen dienst.

Mogelijke klachten zijn:

- de prikplaats gaat lekken;
- de prikplaats zwelt op en wordt rood;
- koorts boven de 38,5°.

Neem contact op in alle gevallen waarin u zich niet goed voelt en het niet vertrouwt. U kunt ons beter een keer te veel dan te weinig bellen.

Bij overige klachten kunt u ook contact opnemen met uw arts van de rugpoli.

De huisarts en de rugpoli worden geïnformeerd over uw verblijf in het ziekenhuis door middel van een brief van de radioloog die de behandeling heeft uitgevoerd.



Belangrijke contactgegevens

- Polikliniek radiologie, telefoon (053) 4 87 32 00;
- Rugpoli Twente, telefoon (074) 3 76 20 14.

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 arts van de rugpoli of de radioloog of de laborant op de dag van opname om nadere uitleg.

Wij wensen u een spoedig herstel.