

Heelkunde – Longziekten

Locatie VUmc

Informatie omtrent een longoperatie

Inleiding

Met deze folder informeren wij u over de operatie die u binnenkort ondergaat. Naast deze folder heeft u al informatie gekregen over de operatie zelf.

In deze folder vindt u:

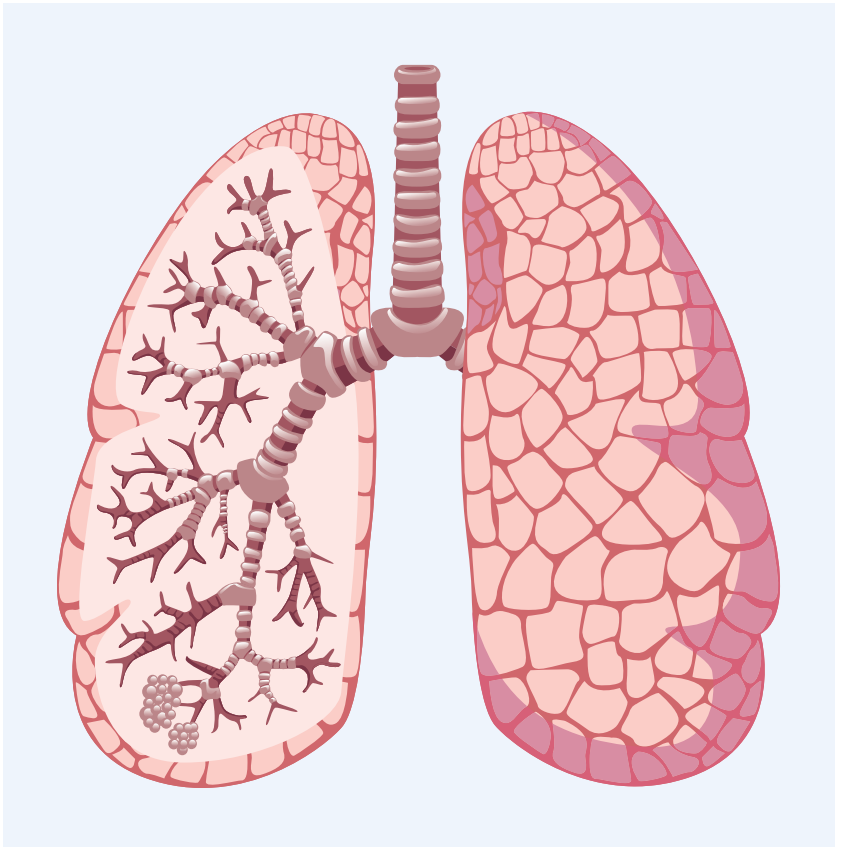
- Herstelschema postoperatief
 - Illustratie van de longen
 - Ruimte voor het maken van notities
 - Informatie over eventuele onderzoeken tijdens de opname
 - Adviezen voor thuis, na uw operatie.
-

Herstelschema longoperatie

	Dag van operatie	Dag 1 na de operatie
Pijn	<ul style="list-style-type: none"> - U heeft een epidurale catheter voor de pijnbestrijding en zolang u deze heeft houdt u ook een urinecatheter. - U kunt deze pijnpomp zelf bedienen. - Waarschuw de verpleegkundige als u pijn heeft. - U krijgt 4 x per dag 2 tabletten paracetamol zn. aangevuld met een andere pijnstilling - Geef uw pijnscore. 	<ul style="list-style-type: none"> - U heeft de epidurale catheter (en urinecatheter). - U kunt de pijnpomp zelf bedienen. Het pijnteam komt langs om uw pijn te evalueren. - Waarschuw de verpleegkundige als u pijn heeft. - U krijgt 4 x per dag 2 tabletten paracetamol zn. aangevuld met een andere pijnstilling. - Geef uw pijnscore.
Beweging	<ul style="list-style-type: none"> - Zet uw hoofdsteen in een hoek van minimaal 45 graden - Probeer 3x per uur zo diep mogelijk door uw neus in te ademen. - Probeer regelmatig te hoesten. 	<ul style="list-style-type: none"> - U wordt 2x door de verpleegkundige op de rand van het bed/in een stoel geholpen - Doe hoest en ademhalingsoefeningen, de fysiotherapie komt langs om dit met u te oefenen. - U mag proberen 3x 5 min (zonder weerstand) te fietsen in de stoelfiets.
Wond/drain	<ul style="list-style-type: none"> - U heeft een thoraxdrain die via een vacuümsysteem aan de wand wordt aangezogen en waaruit vocht en lucht uit het operatiegebied naar buiten kan. - De verpleegkundige controleert de drain en de operatiewond. 	<ul style="list-style-type: none"> - De verpleegkundige verzorgt de wond en de drain. - Als uw thoraxdrain niet meer nodig is, wordt deze verwijderd nadat een rontgenfoto is ge maakt. U krijgt een vaselineverband op de plaats waar de drain zat welke 2 dagen blijft zitten.
Infuus/zuurstof	<ul style="list-style-type: none"> - U heeft een infuus in uw arm. - U krijgt zuurstof ter ondersteuning. - U krijgt 4x per dag verneveling. 	<ul style="list-style-type: none"> - Het infuus gaat er af als u voldoende eet en drinkt en geen toevoegingen in het infuus nodig heeft. De infuusnaald blijft gehandhaafd. - Afhankelijk van de zuurstofspanning in het bloed wordt de zuurstof afgebouwd of gestopt. - U krijgt 4x per dag verneveling.
Voeding	<ul style="list-style-type: none"> - U mag vrij drinken. - Waarschuw de verpleegkundige als u misselijk bent. 	<ul style="list-style-type: none"> - Als u niet misselijk bent, mag u normaal eten en drinken.

Herstelschema longoperatie

	Dag 2	Dag 3	Volgende dagen
Pijn	<ul style="list-style-type: none"> - U heeft de epidurale catheter (en urine-catheter). - U kunt de PCA-pomp zelf bedienen. - Waarschuw de verpleegkundige als u pijn heeft. - U krijgt 4 x per dag 2 tabletten paracetamol zn. aangevuld met een andere pijnstilling - Geef uw pijnscore 	<ul style="list-style-type: none"> - In overleg met het pijnteam wordt de epidurale catheter verwijderd. - U krijgt andere middelen (tabletten) tegen de pijn - Waarschuw de verpleegkundige als u pijn heeft. - Geef uw pijnscore 	<ul style="list-style-type: none"> - Pijn is onder controle
Beweging	<ul style="list-style-type: none"> - U wordt 3x (30 min.) in een stoel geholpen. - Als u zich goed voelt, mag u proberen. 5 min te fietsen in de stoelfiets. - Doe hoest en ademhalingsoefeningen. 	<ul style="list-style-type: none"> - Probeer 3 x een uur uit bed te gaan. - Fietsen. - Doe hoest en ademhalingsoefeningen. 	<ul style="list-style-type: none"> - Zoveel mogelijk uit bed. - Verzorg uzelf zoveel mogelijk.
Wond/drain		<ul style="list-style-type: none"> - Het vaselineverband mag verwijderd worden. 	
Infuus/zuurstof	<ul style="list-style-type: none"> - U heeft een infuus-naald. - Zuurstof wordt verder afgebouwd. - U krijgt 4x per dag verneveling. - U mag normaal eten en drinken. 	<ul style="list-style-type: none"> - Nadat de epidurale catheter verwijderd is, wordt de urine-catheter verwijderd. 	<ul style="list-style-type: none"> - Geen infuus/zuurstof meer.
Voeding		<ul style="list-style-type: none"> - Normaal dieet. 	<ul style="list-style-type: none"> - Normaal dieet.



Notities

Adviezen na de operatie

Dringende adviezen voor de eerste zes weken na een longoperatie

1. Zucht overdag enkele malen per uur diep in en uit. Als u moet hoesten, stop dan niet met hoesten tot u alle slijm heeft weg- of opgehoest
 2. De eerste zes weken na de longoperatie kunt u het beste geen/ niet:
 - Huishoudelijke activiteiten uitvoeren waarbij de arm aan de geopereerde zij intensief gebruikt moet worden, zoals ramen wassen, stofzuigen, bedden verschonen of tuinieren.
 - Zware voorwerpen tillen.
 - Zwemmen.
 - Deelnemen aan het verkeer, zoals zelf autorijden, motorrijden, fietsen, brommer, snorfiets of scooter rijden. Wandelen mag uiteraard wel. Bovenstaande activiteiten vragen namelijk veel kracht van de armspieren en borstkas. Ook is het mogelijk dat u door de operatie een verminderd concentratie- en reactievermogen heeft. Mogelijk bent u niet verzekerd in deze periode (kijk hiervoor uw polis na).
 3. Vermijd drukke plekken waar u infecties, zoals verkoudheid of griep, zou kunnen oplopen. Na een operatie bent u namelijk vatbaarder voor dit soort infecties.
 4. Pijn aan uw wond kan uw herstel belemmeren. Daarom is het belangrijk dat u uw pijnstillers op vaste tijden inneemt. Ze hebben dan het meeste effect.
 5. Stop met roken! Roken verhoogt het risico op complicaties zoals wondinfecties, longontsteking, hartproblemen en trombose. Overleg met uw longarts of huisarts over het stoppen met roken en eventuele begeleiding hierbij.
-

Wanneer moet u contact opnemen met uw arts?

Bij acute problemen in de periode tussen ontslag en de controle-afspraak op de polikliniek heelkunde/longziekten belt u tijdens kantooruren met het secretariaat cardio thoracale chirurgie, (020) 444 4515 en 's avonds, 's nachts en in het weekend met de zorgeenheid 5C, (020) 444 2150.

Acute problemen zijn:

- Koorts (temperatuur > 38.5°)
- Toenemend pijnlijke wond
- Roodheid van en lekkage van vocht of pus uit de wond
- Toename van hoesten en opgeven van geel of groen slijm
- Toename van kortademigheid
- Hartkloppingen

Voor niet-spoedeisende vragen kunt u tijdens kantooruren bellen naar het secretariaat cardio thoracale chirurgie (020) 444 4515 of eventueel een e-mail sturen naar seccch@VUmc.nl.

Dagritme en lichaamsbeweging

Als u weer thuis bent, moet u weer een eigen dagritme opbouwen. U zult zich echter nog niet meteen fit voelen na uw ontslag uit het ziekenhuis. Na enige inspanning kunt u nog snel moe of kortademig worden. Dit is normaal na een longoperatie. Om uw dagritme weer op te bouwen zult u verschillende activiteiten moeten ondernemen. Het is bijvoorbeeld belangrijk dat u voor voldoende lichaamsbeweging zorgt. Dat gaat vaak het beste door zoveel mogelijk zelf te doen (bijvoorbeeld wassen, aankleden, eten klaarmaken) en overdag uit bed te zijn. U mag hierbij uw arm aan de geopereerde zijde gewoon gebruiken (u mag er ook op slapen) mits het niet te veel pijn doet.

Ook uw conditie verbeteren is belangrijk. Dit kunt u bijvoorbeeld doen door te fietsen op een hometrainer, trappen te lopen en dagelijks een wandeling te maken. U kunt uw activiteiten uitbreiden als u merkt dat u geen of weinig pijn heeft en niet te snel moe of te kortademig wordt.

Pijnlijke operatiewond

De operatiewond is tijdens de herstelfase nog pijnlijk. Dit wordt in de loop van de tijd minder. Vaak is er bij de wond een gebied dat gevoelloos is. Dit is normaal en komt doordat huidzenuwen tijdens de operatie zijn doorgesneden. In de loop van de tijd wordt de gevoelloze plek vaak kleiner. Probeer voor uzelf een pijnscore af te nemen zoals u dat in het ziekenhuis gewend was, dit kan u helpen op tijd medicatie in te nemen. De hechtingen bij uw wond worden bij uw controlebezoek aan de polikliniek verwijderd.

Emotionele ondersteuning

Een longoperatie is een ingrijpende gebeurtenis. Tijdens de herstelfase kunt u snel geëmotioneerd raken. Ook uw partner of anderen in uw omgeving kunnen hier last van hebben. Dit is normaal. Als u zich hier toch zorgen over maakt, dan kunt u dit overleggen met uw arts. Soms is extra hulp nodig in deze fase, bijvoorbeeld van een maatschappelijk werker.

Fysiotherapie

In het algemeen heeft u geen fysiotherapie nodig om te herstellen van een longoperatie. Als u hierover twijfelt dan kunt u dit bespreken met uw arts. De ademhalingsoefeningen die u van de fysiotherapeut in het ziekenhuis heeft geleerd, moet u thuis wel blijven doen gedurende uw herstel.

Na de eerste 6 weken

Uw herstel

Als de eerste 6 weken voorbij zijn, is de wond meestal volledig genezen en slikt u al minder pijnstillers. U zult merken dat u steeds meer lichamelijke activiteiten kunt verrichten en meer energie heeft. Zwemmen, huishoudelijk werk, de hond uitlaten en fietsen behoren weer tot de mogelijkheden.

U kunt uw activiteiten geleidelijk uitbreiden naar het niveau dat u voor de operatie had. Het kan echter wel 4 maanden duren voordat u zich weer fit voelt, geen pijnstillers meer nodig heeft en ook emotioneel weer in balans bent. Hoe lang dit precies duurt is voor iedereen verschillend. Zeker als u een zwakke gezondheid heeft of voor de operatie een behandeling met chemotherapie en/of radiotherapie hebt gehad, kan het herstel langer duren dan gemiddeld. Een klein aantal patiënten houdt aanhoudend en langdurig veel pijn. Dit kan verschillende oorzaken hebben. In zo'n geval bespreekt u dit met de arts, waarna de arts overleg zal plegen met een anesthesioloog of met de pijnpolikliniek.

Werken

Afhankelijk van de aard van uw werk kunt u na ongeveer drie maanden weer beginnen met werken. Probeer in overleg met uw werkgever en bedrijfsarts uw werkzaamheden geleidelijk op te bouwen.

Adviezen na de operatie

Nuttige internetsites

Wij raden de volgende internetsites aan voor meer informatie:

- www.ikNL.nl
Website van alle integrale kankercentra in Nederland.
- www.ikheblongkanker.nl
Op deze website kunnen longkankerpatiënten en naasten informatie vinden over operatieve ingrepen bij longkanker door middel van een kijkoperatie (VATS lobectomie).
- www.stivoro.nl
Site over stoppen met roken.

