

# PATIËNTEN INFORMATIE

Adviezen na het  
verwijderen van een  
ontsteking in de  
bilnaad

Sinus pilonidalis

**MAASSTAD  
ZIEKENHUIS**

een santeon ziekenhuis



Met deze folder wil het Maastricht Ziekenhuis u een overzicht geven met adviezen voor als u naar huis mag. Het is belangrijk dat u deze informatie goed doorleest.

U heeft een operatie gehad aan een ontsteking in de bilnaad (Sinus pilonidalis) en u bent nu voldoende opgeknapt om naar huis te gaan. Hieronder vindt u een aantal adviezen waar u de eerste 6 weken na ontslag uit het ziekenhuis op moet letten. Dit zijn algemene adviezen. Als er voor u bijzondere dingen zijn, bespreekt de arts of verpleegkundige dit met u voordat u naar huis gaat.

### **Verzorging van de wond**

- U spoelt de wond 2 tot 3 keer per dag onder de douche met de douchekop.
- Als u ontlasting heeft gehad, was de wond dan nog een keer extra.
- Als er veel vocht uit de wond komt kunt u gebruik maken van een inlegkruisje of maandverband.
- Soms is het nodig om de wond te spoelen met een spuit met katheter. Dit wordt met u besproken. Kunt u dit niet zelf en heeft u niemand om dit te doen? Dan regelt het ziekenhuis dat er thuiszorg wordt ingeschakeld om u te helpen met de wondverzorging. U krijgt hiervoor dan materiaal thuis geleverd.



## Eten en drinken

- Drink genoeg water om de poep zacht te houden.
- U mag tot 24 uur na de operatie geen alcohol en drugs gebruiken.
- Roken vertraagt de genezing van de wond, wij raden dit dan ook af.

## Pijn

- In het ziekenhuis kreeg u van de verpleegkundige op vaste tijden uw pijnmedicatie. Het advies voor thuis is om, als het nodig is, iedere 6 uur 2 tabletten paracetamol 500 mg in te nemen.
- Mocht de pijn aanhouden, erger worden of veranderen? Neem dan contact op met het ziekenhuis.

## Leefregels

- De eerste dagen kan zitten pijnlijk zijn. Het advies is om:
  - te zitten op een zachte ondergrond, gebruik eventueel een zacht kussen;
  - op 1 kant van uw billen te zitten en af te wisselen;
  - of te gaan liggen.
- Probeer dagelijkse activiteiten rustig op te bouwen.
- Zolang de wond open is mag u niet zwemmen of in bad.

- Na 6 weken en als de wond gesloten is mag u fietsen. Het advies is om geen lange fietstochten te maken, dit in verband met de druk en het heen en weer schuiven op de wond.
- Sporten mag weer als de dagelijkse activiteiten probleemloos gaan en de wond gesloten is.

### **Controle**

U krijgt een vervolgspraak voor de polikliniek Chirurgie mee voor 1 week na ontslag bij de behandelend arts.

### **Vragen**

Heeft u na uw opname in het ziekenhuis nog vragen, neem dan van maandag tot en met vrijdag van 08.00-17.00 uur contact op met de polikliniek Chirurgie via (010) 291 22 45.

Bij complicaties buiten bovenstaande tijden kunt u contact opnemen met de Spoedeisende Hulp via (010) 291 35 99 of de verpleegafdeling Chirurgie 2 via (010) 291 36 97.





De informatie in deze folder is belangrijk voor u. Als u moeite heeft met de Nederlandse taal, zorg dan dat u deze folder samen met iemand leest die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

The information in this brochure is important for you. If you have any difficulties understanding Dutch, please read this brochure together with somebody who can translate or explain the information to you.

Bu broşürdeki bilgi sizin için önemlidir. Hollandaca dilde zorlanıyorsanız, bu broşürü size tercüme edecek ya da açıklayacak biriyle birlikte okuyun.

Informacje zawarte w tym folderze są ważne dla Państwa. Jeśli język niderlandzki sprawia Państwu trudność, postarajcie się przeczytać informacje zawarte w tym folderze z kimś, kto może Państwu je przetłumaczyć lub objaśnić.

المعلومات المتواجدة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم إذا كنتم تواجهون صعوبة في اللغة الهولندية، إحرصوا حينئذ على أن تقرأوا هذا المنشور بمصنوع شخص مآ الذي يترجم لك المعلومات الواردة فيه أو يشرحها لكم.

Maasstad Ziekenhuis  
Maasstadweg 21  
3079 DZ Rotterdam

T: (010) 291 19 11

I: [www.maasstadziekenhuis.nl](http://www.maasstadziekenhuis.nl)

I: [www.maasenik.nl](http://www.maasenik.nl) (kinderwebsite)

I: [www.maasstadziekenhuis.nl/mijn](http://www.maasstadziekenhuis.nl/mijn) (patiëntenportaal)

