

# PATIËNTEN INFORMATIE

## Pijnbestrijding na een ingreep

Plastische Chirurgie

**MAASSTAD  
ZIEKENHUIS**

een santeon ziekenhuis



U wordt binnenkort of bent kortgeleden geopereerd door de plastisch chirurg in het Maasstad Ziekenhuis. Het is belangrijk dat u na de operatie zo min mogelijk last heeft van pijn. Als u tijdens de eerste dagen na uw operatie (postoperatief) een goede pijnbehandeling krijgt, herstelt u beter. Met deze folder informeren wij u over pijnbestrijding.

## **Algemeen**

Pijn na de operatie kan het genezingsproces nadelig beïnvloeden. Vooral wanneer die pijn langdurig en hevig is. Daarom wordt op de polikliniek Plastische Chirurgie zoveel mogelijk aan gedaan om pijn optimaal te bestrijden. Uw eigen medewerking is voor goede pijnbestrijding van essentieel belang.

## **Pijn na de operatie**

Pijn na een operatie is vrijwel onvermijdelijk. Pijn waarschuwt u dat u voorzichtig moet zijn of rustig aan moet doen. Teveel pijn kan u belemmeren bij bijvoorbeeld doorademen, hoesten en nachtrust. Ook durft u misschien niet te bewegen, hetgeen nadelig kan zijn voor uw herstel.

## **Belang van goede pijnbestrijding**

Uit onderzoek is gebleken dat goede pijnstilling het herstel bevordert. Wanneer u minder pijn heeft na de operatie kunt u bijvoorbeeld beter slapen, heeft u meer zin om te drinken en te eten en bent u minder moe. Dit draagt bij aan een sneller herstel en bij patiënten die zijn opgenomen, eerder ontslag uit het ziekenhuis.

## **Beleving van pijn**

Pijn is een ingewikkeld verschijnsel dat moeilijk te meten is. Pijn is een persoonlijke ervaring: ieder mens ervaart pijn op een andere manier. U bent de enige die ons kan vertellen of u pijn heeft en in welke mate de pijn aanwezig is. Het is vaak moeilijk om anderen duidelijk te maken hoeveel pijn u heeft. Iedereen ervaart de pijn op zijn of haar eigen manier.

**Heeft u pijn? Vertel het ons, ook tussendoor!**

Het is belangrijk dat u aan de verpleegkundige of arts laat weten hoe het met de pijn is en of de pijnstillers goed werken. Het doel is dat de pijn u zo min mogelijk belemmert bij bijvoorbeeld het ademen, hoesten, bewegen en slapen. Aarzelt u daarom niet om het de verpleegkundige of arts te vertellen wanneer u (meer) pijn heeft. De pijnmedicatie kan dan, als het nodig is, op tijd worden aangepast. Hoe langer u wacht met het melden van de pijn, hoe moeilijker de pijn te bestrijden is.

**Wat is goede pijnbestrijding**

Pijn kan het beste worden bestreden als dit nog niet te hevig is. Daarom adviseren wij u de eerste dagen na de operatie 4 keer daags paracetamol 1000 mg op vaste tijden in te nemen. Dit zou eventueel uitgebreid kunnen worden tot 6 keer daags. Het is belangrijk om deze regelmatig in te nemen, ook al voelt u op dat moment geen pijn. Deze zogenaamde basismedicatie ondersteunt de werking van eventuele sterkere pijnstillers. U bouwt daarmee in uw lichaam een stabiele hoeveelheid pijnstillende medicijnen op. Paracetamol is de 1e keus, omdat dit medicijn de minste bijwerkingen heeft als u ze conform voorschrift inneemt. Mocht paracetamol, die u op vaste tijden inneemt, onvoldoende helpen, dan is het verstandig om dit zo spoedig mogelijk te melden bij de polikliniek of afdeling waar u bent opgenomen. Welke sterkere pijnstillers u nodig krijgt wordt bepaald en voorgeschreven door de arts.

Ook is het belangrijk dat u zich niet flink probeert te houden als het om pijn gaat; veel pijn kan het herstel in de weg staan. Twee tot drie dagen na de operatie wordt de pijn meestal minder en kunnen de pijnstillende medicijnen worden afgebouwd. Thuis kunt u de eerste tijd zonedig doorgaan met het innemen van paracetamol, eventueel samen met extra pijnstillende medicijnen die zijn voorgeschreven door uw arts.

Mocht het een bezwaar zijn bepaalde medicijnen in te nemen in verband met gezondheidsredenen zoals maagklachten of overgevoeligheid, meld dit bij de verpleegkundige of arts.

### **Afbouwen**

Belangrijk is dat u met de sterkste pijnstillers eerst langzaam afbouwt en daarna met de paracetamol. Het is niet verstandig om in 1 keer te stoppen met pijnstillers. Bouw dit langzaam af naar bijvoorbeeld 2 keer per dag in plaats van 3 keer en daarna naar 1 keer per dag.

### **Vragen**

Als u nog vragen heeft, kunt u telefonisch contact op nemen met de polikliniek Plastische Chirurgie via (010) 291 22 30. De polikliniek is telefonisch te bereiken van maandag tot en met vrijdag van 08.00-17.00 uur. Wij verzoeken u als het mogelijk is voor 12.00 uur te bellen. Bij spoed neemt u telefonisch contact op met de Spoedeisende Hulp van het Maasstad Ziekenhuis via (010) 291 35 99.









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 بحضور شخص ما، الذي يترجم لك المعلومات الواردة فيه  
أو بشرحها لكم.

Maasstad Ziekenhuis

Maasstadweg 21

3079 DZ Rotterdam

T: (010) 291 19 11

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

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

