



# nazorg na verwijderen nier

## Leefregels voor goed herstel

Uw uroloog heeft met een kijkoperatie of een snede in uw buik of zij een nier verwijderd. Uw lichaam moet nog herstellen van de operatie, dit duurt ongeveer zes weken. Voor goed herstel is het belangrijk dat u thuis een aantal leefregels in acht neemt. In deze folder vindt u uitleg over deze leefregels en bij welke klachten u uw huisarts of het ziekenhuis waarschuwt.

## Leefregels

- Doe de **eerste zes weken** geen zwaar werk zoals tuinieren, stofzuigen, een bed opmaken, enzovoort. U mag ook niet zwaar tillen, denkt u aan een zware tas of koffer. Bouw deze werkzaamheden na zes weken langzaam aan op. Is uw nier via een kijkoperatie verwijderd? Houdt u dan vier weken aan.

*Wij adviseren u om de eerste weken na de ingreep zo nodig hulp uit uw omgeving of van de thuiszorg te regelen.*

- U mag de **eerste zes weken** niet sporten. Bouw het sporten na deze periode voorzichtig aan op. Is uw nier via een kijkoperatie verwijderd? Houdt u dan vier weken aan.
- U mag de **eerste twee weken** niet in bad. Douchen mag wel. Dep de wond na het douchen droog en verbind de wond zo nodig luchtig: dit bevordert de genezing.
- Afhankelijk van hoe u zich voelt, mag u korte wandelingen maken van één tot twee kilometer en korte autoritten van maximaal een half uur tot drie kwartier.
- Als u voldoende hersteld bent, mag u **in overleg met uw uroloog en bedrijfsarts** weer aan het werk.

Bij uw ontslag bespreekt uw uroloog met u wanneer u weer mag starten met uw bloedverdunnende medicijnen als u die gebruikt (sintrom, marcoumar, ascal en acetylsalicylzuur).

## Uw huisarts verwijdert tien dagen na de operatie de hechtingen

Tien dagen na de operatie verwijdert uw huisarts de hechtingen. U maakt hiervoor zelf een afspraak.

**Zie ommezijde**

## **Controle**

Twee weken na de operatie heeft u een controleafspraak op de polikliniek urologie. U krijgt dan van de uroloog de uitslag van het weefselonderzoek.

## **Mogelijke klachten na de ingreep**

Het kan zijn dat u de eerste dagen na ingreep last krijgt van:

- pijn in het wondgebied: u mag hier paracetamol voor innemen, zo nodig driemaal daags één of twee tabletten;
- als u een kijkoperatie heeft gehad, kan het zijn dat u kort na de ingreep last krijgt van pijn in uw rug of schouder (door gebruik van CO<sub>2</sub>-gas).

U hoeft zich hier niet ongerust over te maken. Deze klachten gaan na verloop van tijd vanzelf over. Maakt u zich toch zorgen of gaan uw klachten niet over? Bespreek dit dan tijdens uw eerstvolgende controleafspraak met uw uroloog.

## **Bij welke klachten waarschuwt u het ziekenhuis of uw huisarts?**

Neemt u bij (een van) de volgende klachten contact op met uw huisarts of de polikliniek urologie:

- koorts boven de 38,5 graden;
- brandende pijn bij het plassen;
- aanhoudende (buik)pijn die niet verdwijnt met gebruik van paracetamol;
- bloed en/of stolsels in de urine.

## **Uw vragen**

Met vragen of voor meer informatie kunt u contact opnemen met de polikliniek urologie. Dat kan op werkdagen van 8.30 - 17.00 uur via telefoonnummer (072) 548 2600. Buiten kantooruren kunt u contact opnemen met de verpleegafdeling 431 via telefoonnummer (072) 548 2570.