

## ONTSLAGKAART: OKSELKLIERTOILET

Instructies	Dag 1	Week 1
<b>Verzorging:</b>		
Douchen en in bad	Douchen na 24 uur	Wacht met in bad gaan tot na uw eerste polikliniek bezoek na uw operatie
Verband	Nee	Huidlijm lost vanzelf op
Wond		De hechtingen zijn oplosbaar, deze hoeven niet verwijderd te worden
Zwelling		De vochtophoping (seroom) kan enkele weken tot maanden aanhouden. Als de huid strak gespannen staat, neemt u contact op met borstkliniek.
<b>Beweging:</b>		
Schouder	De fysiotherapeut komt langs voor oefeningen	Oefeningen van de fysio (zie kopje fysiotherapie na operatie)
Tillen/werken		Lichte werkzaamheden Niet meer dan 1 kg tillen tot uw eerste polikliniekbezoek na operatie
Autorijden/fietsen	Nee	Na 1 week
Sporten	Nee	Na zes weken
Sauna	Nee	Als uw wond volledig gesloten en genezen is, mag u gebruik maken van de sauna
<b>Pijnstillers:</b>	Zo nodig: paracetamol 4 x per dag 2 tabletten 500 mg	
<b>Lymfoedeem:</b>	Zie informatie verwijderen van lymfeklieren in de oksel	
<b>Bloedprikken:</b>	Bij voorkeur geen bloedprikken en infuus aanbrengen aan de geopereerde zijde gedurende 6 maanden lang na operatie	
<b>Extra informatie</b>	Let op eiwitrijke voeding in verband met de wondgenezing: kaas, eieren, kipfilet, vis, zuivel	

### Telefonisch contact

Mammacareverpleegkundige  
Vlietland 010-893 1874  
(tijdens kantooruren)

Afdeling Short Stay  
Locatie Vlietland  
010-8933550  
(buiten kantooruren ma t/m za  
12.15 uur)

SEH Franciscus Gasthuis  
010 - 461 61 61  
(buiten kantooruren, zaterdag  
vanaf 12.15 uur t/m maandag  
7.15 uur)

### Let op!

U moet altijd contact met ons opnemen bij:

- problemen of ernstige pijnklachten (pijnschaal 4 en hoger)
- een vurig rode wond
- pus uit de wond
- grote zwelling van de wond
- koorts (hoger dan 38,5°C)

### Pijnschaal

- 0 = Absoluut geen pijn
- 2 = Gevoelig, lichte beperking in activiteiten
- 4 = Matig pijnlijk, ook in rust
- 6 = Pijnlijk, ik word wakker van de pijn
- 8 = Erg pijnlijk, kan aan niets anders denken
- 10 = Onhoudbare pijn

Op deze kaart staan algemene adviezen. Heeft uw arts u een ander advies gegeven? Dan volgt u uw arts.

**Telefonisch contact**

Mammacareverpleegkundige  
Vlietland 010-893 1874  
(tijdens kantooruren)

Afdeling Short Stay  
Locatie Vlietland  
010-8933550  
(buiten kantooruren ma t/m za  
12.15 uur)

SEH Franciscus Gasthuis  
010 - 461 61 61  
(buiten kantooruren, zaterdag  
vanaf 12.15 uur t/m maandag  
7.15 uur)

**Let op!**

U moet altijd contact met ons  
opnemen bij:

- problemen of ernstige pijnklachten (pijnschaal 4 en hoger)
- een vurig rode wond
- pus uit de wond
- grote zwelling van de wond
- koorts (hoger dan 38,5°C)

**Pijnschaal**

- 0 = Absoluut geen pijn
- 2 = Gevoelig, lichte beperking in activiteiten
- 4 = Matig pijnlijk, ook in rust
- 6 = Pijnlijk, ik word wakker van de pijn
- 8 = Erg pijnlijk, kan aan niets anders denken
- 10 = Onhoudbare pijn

Op deze kaart staan algemene adviezen. Heeft uw arts u een ander advies gegeven? Dan volgt u uw arts.