

Lumbale discuss hernia

Informatie voor patiënten



Je vindt in deze brochure informatie over een operatie aan een lumbale discushernia. Deze brochure staat boordevol nuttige informatie. Lees ze aandachtig om goed voorbereid naar het ziekenhuis te komen. Achteraan vind je ruimte voor eigen notities en ook een lijstje met zaken die je in orde moet brengen vóór je opname. Wanneer je opgenomen wordt in het ziekenhuis, ontvang je de algemene onthaalbrochure van ZNA Middelheim. Ook daarin vind je praktische informatie.

Het team

Er staat een heel team klaar om je op te vangen. Je zal vooral begeleid worden door je behandelende arts, je kinesist (Hilde Vanherbruggen) en de verpleging. Bij je opname kom je terecht op verpleegeenheid 6B. Het verpleegkundig afdelingshoofd is Ido Van Doninck. Wij danken je voor het vertrouwen dat je stelt in onze afdeling Neurochirurgie.

Wat mag je verwachten van de ingreep en het verblijf

› Wat is een lumbale discushernia?

Een lumbale discushernia is een uitstulping van de gelei-achtige kern van de kraakbenige tussenwervelschijf, waardoor druk ontstaat op de gevoelige achterwortels van de spinale zenuwen (meestal tussen wervels L4 en L5 of tussen wervel L5 en heiligbeen S1). Dit veroorzaakt pijn. Tijdens de operatie wordt deze hernia verwijderd.

› Opname in het ziekenhuis

Wanneer je aankomt op de dienst neurochirurgie zal een verpleegkundige je praktische informatie geven over het gebruik van het bed, kluis, ... Dit doen we nadat je een kamer hebt toegewezen gekregen. Het verder verloop van de voorbereidingen wordt met je besproken. Als dat nodig is, zullen nog preoperatieve onderzoeken gebeuren zoals een bloedname, een ECG (echocardiografie, film van het hart, als je ouder dan 50 jaar bent) en een Rx-thorax (radiografie of röntgenfoto's van de longen).

Het is ook mogelijk dat sommige onderzoeken al werden uitgevoerd voor je hospitalisatie. Eventuele vragen kan je altijd aan de verpleegkundige stellen.

› Dag van de operatie

- Als je operatie vóór 12.00 u. 's middags is, moet je nuchter blijven vanaf middernacht. Dit betekent dat je niet meer mag eten, drinken of roken. De nachtverpleegkundige zal er je attent op maken.
- De reden waarom je vóór de operatie zo lang moet nuchter blijven, is om te voorkomen dat er tijdens de ingreep voedsel of vocht van de maag in de longen terecht komt.
- 's Morgens zal de verpleegkundige je vragen om te douchen en je te wassen met ontsmettende zeep. Als je hierbij hulp nodig hebt, kan je aan de verpleegkundige vragen om te helpen. Je verwijdert ook alle nagellak en make-up.
- Er wordt een speciale doek (geri-care) in bed gelegd zodat de verpleegkundigen je gemakkelijker kunnen verleggen na de operatie.
- Net voor het vertrek naar de operatiekamer zal de verpleegkundige je vragen om al je kledij, juwelen en eventuele prothesen uit te doen. Als je een bril draagt, zal je deze moeten afzetten. Je kan eventueel nog eens naar het toilet gaan. Hierna krijg je een inspuiting om wat rustiger te worden. Het is normaal dat je door de premedicatie een droge mond krijgt.
- Iemand van de vervoerdienst brengt je naar de 9^e verdieping, waar de verpleegkundige van de operatieafdeling je verder zal begeleiden. In de operatiekamer zal men je vragen over te schuiven van het bed op een smalle operatietafel.
- Via een infuus zal de anesthesist slaapmedicatie inspuiten, waarna je snel zal inslapen. De operatie zal een half uur tot een uur duren.
- Tijdens de operatie wordt het uitpuilend stuk van de tussenwervelschijf verwijderd. Hierdoor krijgt de geknelde zenuw die de klachten veroorzaakte, weer voldoende ruimte. Je zal een litteken van ongeveer 5 centimeter hebben, laag in de rug in het midden.
Na de operatie brengt men je over naar de PAZA (postanesthetische zorgen-afdeling). Je wordt hier extra geobserveerd terwijl je rustig ontwaakt uit de verdoving. Je hebt dan nog een infuus. Hoofddoel is om vocht toe te dienen, omdat je in de eerste uren na de ingreep niet mag drinken.

Ook pijnmedicatie wordt via deze weg toegediend. Pas als je goed wakker bent, geeft de anesthesist toestemming om je terug naar je kamer te brengen.

Op het nummer **03 280 36 71** kan je familie navragen of je al terug bent op de kamer.

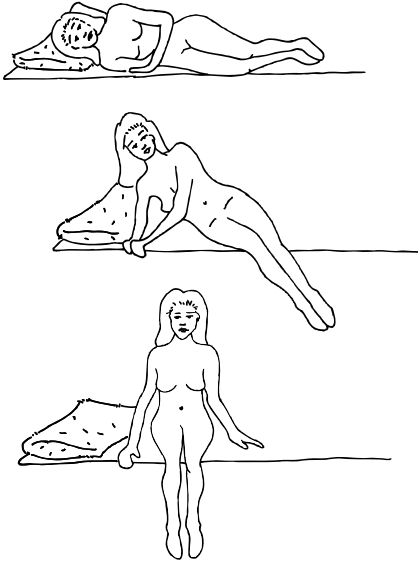
➤ **Terug op de kamer**

Als je pijn hebt na de operatie, meldt dit dan zonder aarzelen aan de verpleegkundige. Enkel dan kunnen wij de pijn verhelpen. Het is normaal dat je nog steeds pijn voelt in je been en rug. Na een tijdje zal deze pijn verdwijnen. Omdat je nog niet uit bed mag, zal je moeten bellen als je naar het toilet moet. We gebruiken een aangepaste bedpan. Omdat je je rugspieren nog niet mag gebruiken, zal je ook moeten bellen als je je wil verleggen in bed. De verpleegkundige zal je hierbij helpen. Op je zij liggen mag wel, ook op de dag van de operatie. Het hoofdeinde van het bed mag niet hoger geplaatst worden dan 20 centimeter en je mag geen papegaaienstok gebruiken om je aan op te trekken.

Je mag drinken, 6 uur nadat je ontwaakte uit de verdoving. Je mag dezelfde dag al eten. Dit hangt af van het tijdstip van de operatie.

➤ **Eerste dag na de operatie**

Als de pijn onder controle is en je bent niet misselijk, wordt het infuus verwijderd. Nadien wordt de wonde verzorgd. De wonde is onder de huid gehecht en de wondranden worden bij elkaar gehouden door strips. Deze mogen niet verwijderd worden en moeten 10 dagen blijven zitten. De wonde wordt dagelijks nagekeken. Als het verband niet bevuild is, wordt het niet vervangen. Je mag je wassen, zittend op de rand van het bed. De verpleegkundige zal je hierbij helpen. Als je uit bed wil komen of wil rechtkomen uit de zetel, doe je dit met de blokmethode die we verder in deze brochure uitleggen. Na het ontbijt is het goed terug in bed te gaan liggen. Je kreeg de brochure 'Hoe-te-rug' al bij je opname. De kinesitherapeut zal de volgende dag langskomen om een oefenprogramma op te starten .



Er bestaat een specifieke manier om uit bed te komen. Dit noemen we de 'blokmethode'.

- Je draait eerst naar zijlig op de rand van je bed.
- Dan laat je de onderbenen uit bed glijden, tegelijkertijd duw je je af op de matras met je armen om zo in een zittende houding te komen.
- Op de juiste manier uit bed stappen, zonder de rug te overbelasten.

➤ De volgende dagen

Je zal na een aantal dagen merken, dat je normale activiteiten steeds vlotter zullen gaan. Je mag beperkt rondwandelen in en rond je kamer. Als je dat wil, mag je een douche nemen. De verpleegkundige zal een waterdicht verband aanbrengen. Na het douchen laat je best even nakijken of het verband nog intact is. Als het gelost is of nat is geworden, wordt het vervangen.

➤ **Je verlaat het ziekenhuis**

Je zal ongeveer 3 tot 4 dagen in het ziekenhuis blijven. Je verband wordt een laatste maal hernieuwd en je krijgt een reserveverband mee naar huis. Als dat nodig is, kan je het verband dan zelf vervangen. De strips moeten op de wonde blijven.

De arts zal je, voor je ontslag uit het ziekenhuis, de nodige inlichtingen geven over je herstel thuis.

Bij je vertrek krijg je verschillende formulieren mee, onder andere ontslagpapieren, die je afgeeft aan de balie op het hooggeboortevloer, eventueel samen met je telefoonkaartje.

Verder krijg je een brief voor de huisarts, een ontslagbrief voor de kinesitherapeut en als dat nodig is een document voor werkonbekwaamheid, formulieren voor een eventuele hospitalisatieverzekering en een controleafspraak bij je chirurg. Als dat nodig is, zal de arts nog een voorschrift geven voor medicatie.

Checklist

De volgende items moet je zeker meebrengen bij je opname:

- identiteitskaart
- bloedonderzoek (als dit reeds gedaan werd)
- RX-thorax (als dit reeds gedaan werd)
- ECG/electrocardiogram (als dit reeds gedaan werd)
- alle RX-platen (Ctscan / MRI / RX lumbale wervelzuil)
- toiletgerief
- vragenlijst anesthesie

Wij hopen dat deze brochure voor jou en je familie een hulp is tijdens je verblijf.

Als je nog vragen en/of bemerkingen hebt, kan je er altijd mee terecht bij het verpleegkundig team en de artsen.

Wij wensen je een zo aangenaam mogelijk verblijf en een spoedig herstel toe!

Het ganse team neurochirurgie



ZNA Middelheim

Lindendreef 1
2020 Antwerpen
03 280 31 11 algemeen

Medische dienst Neurochirurgie ZNA Middelheim

- > **dr. L. Cavens** medisch afdelingshoofd
- > **dr. G. Dua**
- > **dr. R. Rasschaert**
- > **dr. S. Sener**

- > **Ido Van Doninck** verpleegkundig afdelingshoofd
- > **Hilde Vanherbruggen** kinesitherapeut