Sint Maartenskliniek

Voorbereidingen thuis

Na uw eerste bezoek aan ons ziekenhuis is met u besproken welke operatie we bij u gaan doen. Hier vindt u informatie om u thuis goed voor te bereiden op de opname.

Onze behandeling

Voorbereiding van uw poliklinisch bezoek

Een goede voorbereiding van uw bezoek aan onze polikliniek is belangrijk om het poli bezoek zo optimaal mogelijk te laten verlopen. Daarom is het handig als u vooraf van een aantal zaken op de hoogte bent.

Belangrijke gegevens voorafgaand aan uw afspraak

Voordat we een behandeling kunnen adviseren of starten op de afdeling Orthopedie, willen we graag zoveel mogelijk informatie verzamelen. Als u voor dezelfde klachten bij een ander ziekenhuis of een andere zorginstelling in behandeling bent geweest, vragen we u gegevens aan ons te sturen. Indien u niet eerder voor dezelfde klachten ergens onder behandeling bent geweest, hoeft u niets te doen. Aan de hand van de gegevens kunnen onze specialisten uw bezoek aan de polikliniek goed voorbereiden. U kunt de gegevens opvragen bij de betreffende zorginstelling en aan ons toesturen voorafgaand aan het polibezoek bij de Sint Maartenskliniek. Kijk op deze pagina voor meer informatie.

Toegang tot mijnmaartenskliniek

Via mijnmaartenskliniek heeft u op een veilige manier toegang tot uw medisch dossier. U kunt bijvoorbeeld uw geplande afspraken bekijken en maken en uw uitslagen inzien. U logt in met uw DigiD via: mijn.mijnmaartenskliniek.nl

Vragen formuleren

Bedenk thuis alvast welke vragen u wilt stellen in de polikliniek. Schrijf ze eventueel op. Dit helpt om uw

klachten duidelijk uit te leggen.
U kunt ook iemand meenemen naar uw afspraak. Soms is het lastig om alles te onthouden, bijvoorbeeld door spanning. Het kan dan fijn zijn als iemand met u meeluistert.

Waar meldt u zich?

Bij een eerste afspraak kunt u zich 30 minuten van tevoren melden bij de receptie. Bij een vervolgafspraak 15 minuten van tevoren. Als uw gegevens veranderd zijn, geef dit dan voor uw afspraak aan ons door.

Verhinderd

We rekenen op uw komst. Bent u onverwachts verhinderd? Geef dit dan uiterlijk 24 uur van tevoren aan ons door. U kunt ons bellen op een van de telefoonnummers die u op onze contact en locaties pagina vindt.

Wat moet u meenemen?

De bedoeling van uw bezoek aan de polikliniek is dat wij alle belangrijke informatie over u en uw situatie te weten komen. Daarom vragen wij u de volgende zaken mee te nemen:

- Uw afspraakbevestiging
- Uw verzekeringspas
- Uw legitimatiebewijs
- Actueel medicijn overzicht

Medicijnoverzicht

Het kan zijn dat tijdens uw afspraak blijkt dat u voor de behandeling medicijnen nodig heeft. In dat geval is het goed om te weten welke medicijnen u op dit moment slikt of in het verleden heeft geslikt. Vergeet het ook niet te melden als u allergisch bent voor bepaalde medicijnen. Neemt u daarom een actueel medicijnenoverzicht mee, verkrijgbaar bij uw apotheek of op te vragen bij het Landelijk Schakelpunt (LSP).

MRSA/ BRMO-bacterie

Bedenk voor uw bezoek ook of u wellicht drager bent van de MRSA- of BRMO-bacterie. Kunt u een van de volgende vijf vragen met 'ja' beantwoorden, dan bent u mogelijk drager. Geeft u dit dan bij voorkeur voorafgaand aan uw afspraak telefonisch aan ons door, of aan de balie van de polikliniek, dan kunnen wij bepalen of we voorbereiding moeten treffen.

- Heeft u in de afgelopen twee maanden langer dan 24 uur in een buitenlands ziekenhuis gelegen?

- Werkt u bij een bedrijf met levende vleeskalveren, varkens of vleeskuikens? Of woont u in het huis dat bij zo'n bedrijf staat?
- Bent u drager van de MRSA-bacterie of een ander Bijzonder Resistent Micro Organisme (BRMO)?
- Is uw partner, huisgenoot of verzorgende drager van MRSA of een ander BRMO?
- Bent u opgenomen geweest in een Nederlands ziekenhuis of zorginstelling waar een probleem heerste met MRSA of een ander BRMO?

Uw afspraak op de polikliniek

Nadat we uw verwijzing hebben ontvangen, verwerken we deze zo snel mogelijk. Dit kan even duren. In uw verwijzing staat hoe lang dit ongeveer duurt. Zodra alles is verwerkt, plannen we uw afspraak zo snel mogelijk. U ontvangt van ons een bericht via brief of e-mail over de geplande afspraak. We vragen u vriendelijk dit bericht af te wachten. Hier vindt u onze huidige toegangstijden.

Orthopedisch team

Uw afspraak bij de Sint Maartenskliniek heeft u met de orthopedisch chirurg of met een van de gespecialiseerde behandelaars uit het behandelteam. Dit kunnen zijn:

- De fellow: orthopedisch chirurg die zich bij ons verder specialiseert
- De AIOS: een orthopedisch chirurg in opleiding
- De physician assistant (PA)
- De verpleegkundig specialist (VS)
- De ANIOS: arts-assistent niet in opleiding tot medisch specialist

Uw behandelplan wordt zo nodig met de orthopedisch chirurg afgestemd.

Hoe verloopt een afspraak?

Meestal maken we eerst een röntgenfoto. De behandelaar vraagt naar uw klachten en doet een lichamelijk onderzoek. Soms besluit de behandelaar dat extra onderzoek nodig is. Dit kan bijvoorbeeld zijn:

- Röntgenfoto
- CT-scan
- MRI-scan
- Nucleaire scan
- Echo

Als dit onderzoek niet dezelfde dag plaats kan vinden, plannen we een andere afspraak voor u in. Het definitieve behandelplan volgt meestal nadat alle onderzoeken klaar zijn of na het opvragen van

informatie ergens anders.

Medicijnen

Als u medicijnen nodig heeft, is het goed om te weten welke medicijnen u op dit moment al gebruikt of in het verleden heeft gebruikt. Vergeet ook niet te vermelden of u allergisch bent voor bepaalde medicijnen. Neemt u daarom een actueel medicijnenoverzicht mee. Dit overzicht kunt u ophalen bij uw apotheek of opvragen bij het landelijke registratiepunt LSP.

Resultaat van uw behandeling meten

In de zorg wordt het steeds belangrijker om de resultaten van een behandeling te meten. Zo krijgen we meer inzicht in de kwaliteit van zorg en kunnen we die zorg verbeteren. De Sint Maartenskliniek meet de behandelresultaten aan de hand van PROMs (Patient Reported Outcome Measures).

Met de digitale vragenlijsten van PROMs brengen we pijn, functioneren in het dagelijks leven en kwaliteit van leven in kaart. Vóór en na de behandeling vragen wij u om (steeds dezelfde) vragenlijsten in te vullen. Dat gebeurt op verschillende momenten. Door op meerdere momenten te meten, krijgen we inzicht in de effectiviteit van de behandeling(en) en in uw herstel. Bovendien kunnen we op deze manier ook de effecten van de behandelingen van bepaalde groepen patiënten blijven beoordelen.

Hoe vaak en wanneer?

De momenten waarop we u vragen een vragenlijst in te vullen, hangen af van de behandeling die u krijgt. Over het algemeen krijgt u rondom de eerste behandeling of wanneer u in aanmerking komt voor een operatie de eerste vragenlijst aangeboden. De twee tot drie vragenlijsten daarna ontvangt u op diverse momenten na de behandeling of de operatie.

Hoe werkt de meting met PROMs?

U krijgt op diverse momenten rondom uw behandeling een uitnodiging om een vragenlijst in te vullen. De vragenlijsten ontvangt u per e-mail. Het invullen van een vragenlijst zal ongeveer vijftien minuten duren. Uw behandelend arts wordt op de hoogte gesteld van de gegevens die u invult en krijgt daarmee ook een goed inzicht in uw herstel.

Waarvoor gebruiken we deze gegevens?

De gegevens die u invult, worden door ons geanonimiseerd gebruikt voor het bewaken en verbeteren van de kwaliteit van de zorg. Wij behandelen de informatie die u geeft strikt vertrouwelijk. Als u niet wilt of kunt meedoen aan de vragenlijsten, kunt u dat bij de behandelend arts aangeven. Verder kunnen we de gegevens (geanonimiseerd) gebruiken voor wetenschappelijk onderzoek of voor landelijke kwaliteitsregistraties. Een deel van de medische gegevens wordt geanonimiseerd verzameld en

doorgegeven aan het Zorginstituut ten behoeve van uitkomsten van de kwaliteit van zorg. Hiertoe is elk ziekenhuis verplicht. Hiermee kan de kwaliteit tussen ziekenhuizen vergeleken worden.

Pre-operatief onderzoek

Als uit het poliklinisch bezoek blijkt dat u geopereerd moet worden, moet er een pre-operatief onderzoek plaatsvinden. Het pre-operatief onderzoek duurt ongeveer 1,5 uur. Wij kijken hoe uw gezondheidstoestand is, geven u uitleg over medicatiegebruik, de operatie, de verdoving tijdens de operatie, pijnstilling na de operatie en de nazorg.

Het pre-operatief onderzoek kan op de locaties in Nijmegen en Woerden worden ingepland. U krijgt hiervoor een afspraak. Voor de locatie Boxmeer loopt het pre-operatief onderzoek via het Maasziekenhuis.

Wie ziet u tijdens het pre-operatief onderzoek?

Tijdens het pre-operatief onderzoek kunt u de volgende personen te spreken krijgen:

Wie ziet u tijdens het pre-operatief onderzoek?

Tijdens het pre-operatief onderzoek kunt u de volgende personen te spreken krijgen:

- **De doktersassistente**: de doktersassistente zal een aantal metingen bij u doen oa het meten van de bloeddruk en eventueel het maken van een ECG of het afnemen van bloed.
- **De apothekersassistent:** deze neemt uw eventuele huidige medicatie met u door. Soms krijgt u medicatie mee naar huis.
- **De anesthesiemedewerker**(*niet op locatie Boxmeer*): deze medewerker kijkt naar uw algehele gezondheid.
- **De anesthesioloog:** deze specialist kijkt vanuit het oogpunt van de verdoving naar uw algehele gezondheid en vertelt u over de verdoving en pijnstilling rondom de operatie. Voor meer informatie op de pagina over.

Aan de balie van het pre operatief onderzoek wordt aan de hand van een checklist gevraagd of u een gesprek met de **orthopedie consulente** wenst over de nazorg.

Indien dit het geval is zal men een notitie voor de consulente maken.

Zodra uw operatiedatum bekend is, krijgt de orthopedie consulente bericht en zult u één tot twee weken voor de operatie door de orthopedie consulente gebeld worden om de nazorg in kaart te

brengen. U ziet de orthopedie consulente dus niet fysiek.

Indien er ook werkelijk zorg geregeld moet worden, kan dit ook niet eerder dan één week voor de operatie aangevraagd worden.

Indien de pre operatieve screening via beeldbellen is, zal de checklist telefonisch worden uitgevraagd en wordt u ook één tot twee weken voor de operatie gebeld om de nazorg in kaart te brengen.

Aanvullend onderzoek voor de screening

Het kan zijn dat er aanvullend onderzoek ten aanzien van de screening nodig is. Hierbij kunt u denken aan een hartfilmpje of bloedonderzoek. Dit kan dezelfde dag nog gedaan worden. In sommige gevallen moet u nog een bezoek brengen aan de aan de internist of geriater, dit zal plaatsvinden in Nijmegen en wordt op afspraak geregeld.

Meenemen

Voor het pre-operatief onderzoek moet u een aantal zaken meenemen:

- Een ingevulde gezondheidsvragenlijst (indien nog niet geretourneerd)
- Uw medicijnenoverzicht

Uw voorbereiding thuis

Een operatie is een ingrijpende gebeurtenis. Het is belangrijk u hierop goed voor te bereiden.

Handige voorbereidingstips

Ruim vóór uw operatie ontvangt u van ons met informatie over hoe u zich kunt voorbereiden. Daarin staat een aantal zaken waarmee u rekening moet houden, wat u moet meenemen voor uw opname en wanneer u contact moet opnemen met de orthopedisch consulent. Het is dus belangrijk dat u deze informatie goed doorleest.

Wanneer moet u contact opnemen met uw orthopedisch consulent?

Wanneer uw persoonlijke omstandigheden vlak voor de operatie wijzigen kan dit van invloed zijn op de operatie. Bijvoorbeeld wanneer u ineens last krijgt van een allergische reactie of griepverschijnselen.

We vragen u daarom om zo snel mogelijk contact op te nemen met de orthopedisch consulent, als er binnen 14 dagen voor de opname sprake is van één van de volgende situaties:

- Koorts
- Gebruik van antibiotica
- Verandering in medicijngebruik
- Griepverschijnselen
- Allergische reactie
- Wondjes of overige huidbeschadigingen
- Zetten van piercing of tatoeage
- Een ingreep bij de tandarts (geldt niet voor een normale controle)

Medicijngebruik voor de operatie

Het kan zijn dat u één of meer dagen voor de ingreep moet stoppen met het innemen van bepaalde medicijnen (bijvoorbeeld bloedverdunners). Lees meer informatie hierover op de pagina Geneesmiddelgebruik bij opname. Houd u zich aan de afspraken die u hierover met uw arts tijdens het pre-operatief onderzoek heeft gemaakt.

Pijnstilling na de operatie

Na uw operatie heeft u meestal nog een tijdje pijnstilling nodig om de pijn onder controle te houden. De veiligste pijnstiller is **paracetamol**. Dit is de basis van uw pijnstilling. Wij raden u aan om genoeg paracetamol in huis te hebben voor na uw opname. U kunt dit zonder recept kopen. Heeft u andere pijnstillers nodig? Dan schrijft de arts deze voor tijdens uw opname.

Verwijderen van o.a. make-up, nagellak, sieraden, piercings en kunstnagels

Om veiligheidsredenen vragen we u om het volgende te doen:

- **Sieraden afdoen**: dit geldt ook voor (trouw)ringen, oorbellen en piercings.
- **Piercings**:
  - Moeten worden verwijderd als ze in de buurt van het operatiegebied, bij uw luchtweg of geslachtsdelen zitten, of scherpe uiteinden hebben.
  - Andere piercings kunnen soms worden afgeplakt of vervangen door een plastic variant, zolang deze niet in het operatiegebied zit.
- **Ringen die moeilijk of niet afgaan**: laat deze bij een juwelier verwijderen. Anders zijn wij genoodzaakt de ring door te knippen.
- **Make-up en nagellak verwijderen**: van zowel vingers als tenen.

Gel- of acrylnagels

- Bij hand/pols operaties mag u gel- of acrylnagels laten zitten op de vingers, echter indien ze ruim

voor de operatie verwijderd kunnen worden, heeft dat de voorkeur.
- Bij voet/enkel operaties dient u de gel- of acrylnagels van de teennagels ten allen tijde te verwijderen, ook het liefst zo ruim mogelijk voor de operatie.
- Bij alle andere operaties mogen de gel- of acrylnagels blijven zitten, behalve wanneer uw chirurg anders met u heeft besproken.

Brillen, contactlenzen, gebitsprothese en hoorapparaat

Vanwege veiligheidsvoorschriften mag u tijdens de operatie géén contactlenzen, bril of gebitsprothese dragen. Contactlenzen kunnen verloren gaan. Neem daarom, als u mee wilt kijken tijdens de operatie, een (reserve)bril mee. Gebitsprothese hoeft u pas in de voorbereidingsruimte van OK-complex uit te doen en zal na de operatie zo snel mogelijk weer in mogen. Een hoorapparaat mag u blijven dragen.

Voorbereiding om infectie te voorkomen

Na een operatie bestaat er altijd een kans dat u een infectie oploopt. Natuurlijk doen wij ons best om dit voorkomen en u kunt zelf maatregelen treffen om de kans zo klein mogelijk te maken. Wat u kunt doen ter voorbereiding leest u op deze pagina. Neem deze pagina goed door. Door deze stappen te volgen, heeft u minder kans op een infectie na de operatie.

U krijgt informatie tijdens het pre-operatief onderzoek met wat voor u van toepassing is.

Bij een aantal operaties wordt materiaal in uw lichaam gebracht dat erin blijft zitten, zoals bijvoorbeeld bij een prothese. Bij deze specifieke operaties krijgt u tijdens het pre-operatief onderzoek speciale wasdoekjes mee die behandeld zijn met een chloorhexidine oplossing.

Alcohol, drugsgebruik en roken

Om de operatie zo veilig mogelijk te laten verlopen, vragen we u op het volgende te letten:

Alcohol

- Matig uw alcohol gebruik in de twee weken voor de operatie.
- Stop in de laatste 12 uur vóór de operatie helemaal met drinken van alcohol.
- Vanaf middernacht (nacht vóór de opname) mag u absoluut geen alcohol meer drinken.

Drugs

- Bespreek het gebruik van drugs altijd bij het pre-operatief onderzoek met uw anesthesioloog.
- Voor uw veiligheid moet u minstent 72 uur vóór de operatie stoppen met drugs.

Roken

- Roken kan het lichaam nadelig beïnvloeden: rokers hebben meer kans op complicaties en pijn na de operatie.
- Stoppen met roken enkele weken voor de operatie helpt bij een betere anesthesie en snellere wondgenezing.
- Bekijk onze informatie over stoppen met roken.

Voor praktische informatie over uw opname leest u ook: Voorbereiding van uw opname.

Loophulpmiddelen

U kunt na een knieoperatie niet direct zelfstandig lopen. U heeft hiervoor bijvoorbeeld krukken nodig. Wanneer u gewend bent om met een rollator te lopen, dan moet u deze meenemen op de dag van de operatie. Loopmiddelen als krukken kunt u lenen of aanschaffen bij thuiszorgwinkels bij u in de buurt. Het is handig om voor de operatie te oefenen met het lopen, zodat u weet hoe dat in zijn werk gaat. Oefenen kan eventueel met een fysiotherapeut. Als u dit wilt, kunt u tijdens de screening een verwijzing krijgen waarmee u een afspraak kunt maken met een fysiotherapeut in de buurt. Het is belangrijk dat u uw loophulpmiddel meeneemt naar uw opname.

Ondersteuning in het huishouden

Na uw operatie kan het soms nodig zijn dat u ondersteuning nodig heeft bij huishoudelijke taken omdat u tijdelijk een beperking heeft.
U kunt in uw omgeving kijken voor hulp. Denk hierbij aan familie, buren of vrienden. Bij uw eigen Gemeente bij het loket WMO (Wet Maatschappelijke Ondersteuning) kunt u informeren welke mogelijkheden er voor u zijn. U dient dit zelf te regelen.