



Goed voorbereid
op uw opname

W Noordwest
FOREEST
KLINIEK

U bent onder behandeling bij het specialisme chirurgie, orthopedie of plastische chirurgie en lijkt in aanmerking te komen voor een opname in Noordwest Foreest Kliniek.

In deze folder vindt u informatie zodat u zich goed kunt voorbereiden op uw opname.

Preoperatieve screening

Alle patiënten die in aanmerking lijken te komen voor een opname in Noordwest Foreest Kliniek worden voorafgaand aan hun operatie eerst gescreend. Dit wordt de preoperatieve screening genoemd. De screening bestaat onder andere uit een gesprek met de apothekersassistent over uw medicijnen, de anesthesioloog over de toe te passen anesthesie en de verpleegkundige voor het opnamegesprek.

Deze screening vindt veelal telefonisch plaats, maar het kan ook zijn dat u naar het opnameplein op een van de hoofdlocaties moet komen:

- locatie Alkmaar: begane grond bij de hoofdingang - huisnummer 068
- locatie Den Helder: 1e etage 1 Noord - huisnummer 18

Op basis van deze screening wordt besloten of uw operatie in Foreest Kliniek kan plaatsvinden. Als dat zo is, leest u dan verder in deze folder. Als dat niet zo is, dan wordt u geopereerd op een van de hoofdlocaties in Alkmaar of Den Helder.

Wie regelt uw opname?

De opnameplanners van Noordwest Ziekenhuisgroep regelen uw opname in Foreest Kliniek. Zij streven ernaar u zo snel mogelijk een opnamedatum te geven zodat u weet waar u aan toe bent. Zodra de opnamedatum bekend is, hoort u dit van hen.

Opnametijd en nuchterbeleid

Twee werkdagen voor uw opname neemt u tussen 9:00 – 10:00 uur telefonisch contact op met de opnameplanner van het specialisme waar u onder behandeling bent. De opnameplanner geeft dan door:

- waar en hoe laat u voor uw opname wordt verwacht (de zogenaamde opnametijd);
- vanaf welk tijdstip u niet meer mag eten en drinken (het zogenaamde nuchterbeleid).

Bent u verhinderd?

Bent u onverwachts verhinderd op de geplande opnamedatum – bijvoorbeeld wegens ziekte of familieomstandigheden – wilt u dit dan zo snel mogelijk doorgeven aan de afdeling die uw opname heeft geregeld? Een andere patiënt kan dan in plaats van u worden opgenomen. Dit heeft niet tot gevolg dat u onder aan de lijst wordt geplaatst.

Wel of niet reanimeren?

Reanimeren is het weer op gang brengen van de hartslag en ademhaling. Binnen Foreest Kliniek wordt iedereen gereanimeerd tenzij:

- u heeft aangegeven dit niet te willen en/of
- uw behandelend arts het reanimeren bij u niet medisch zinvol vindt

Wilt u niet gereanimeerd worden, bespreek dit dan gelijk met uw behandelend arts. Het besluit om niet te worden gereanimeerd, registreert uw arts in uw elektronisch patiëntendossier.

Mocht het gebeuren dat u tijdens de opname moet worden gereanimeerd, dan weten de zorgverleners wat ze moeten doen. Staat hierover niets in uw elektronisch dossier en is uw wens niet bekend bij de zorgverleners, dan wordt u bij een hartstilstand altijd gereanimeerd. Meer informatie vindt u in de folder ‘Wel of niet reanimeren in Noordwest Ziekenhuisgroep’. De folder is te vinden op nwz.nl/patientenfolders.

Uw voorbereiding

Scheren/ontharen

Vanaf 5 dagen voor de geplande operatie mag u het operatiegebied niet meer scheren/ontharen. Door scheren/ontharen kunnen er wondjes ontstaan waardoor het risico op een infectie toeneemt. Als de chirurg vindt dat scheren noodzakelijk is, dan doen ze dit op de operatiekamer. Mocht het toch anders zijn, dan wordt u hierover apart geïnformeerd.

Geen sieraden, bodylotion en make-up

Voor een goed verloop van de operatie is het belangrijk dat u:

- geen ringen draagt of beter nog: laat ze thuis. Als het u niet lukt de ring af te doen, laat de juwelier deze dan vóór uw opname vakkundig doorknippen. Op deze manier wordt uw ring zo min mogelijk beschadigd en u kunt uw ring dan direct laten verruimen
- geen sieraden draagt: voor de operatie moet u de sieraden afdoen, of beter nog thuislaten
- geen piercing draagt als:
 - de piercings in het operatiegebied zitten
 - de huid rondom de piercing is ontstoken
 - de piercings in de mond en / of neus zitten
- geen make-up, crème, bodylotion op heeft
- gemakkelijk zittende kleding draagt

Nagellak

Draagt u nagellak of kunstnagels? Dan gelden de volgende regels:

- nagellak aan de vingernagels van beide handen moet u verwijderen
- nagellak op de teennagels moet u alleen verwijderen als u een operatie aan de enkel, voet en/of teen krijgt. In alle andere gevallen mag de nagellak erop blijven
- gel- of kunstnagels mogen in principe blijven zitten. Alleen als de gel-of kunstnagel blauw van kleur is, moet u deze van 1 vinger (bij voorkeur wijsvinger) van elke hand verwijderen. Een uitzondering: krijgt u een operatie aan de hand en/of arm, dan mag de blauwe kunstnagel van deze hand en/of arm blijven zitten. Mocht de kunstnagel een probleem geven om de hand goed te

kunnen opereren, dan vragen wij u deze alsnog te verwijderen. Dit gebeurt volgens een bepaalde werkwijze. De verpleegkundige informeert u hier verder over.

Neem een douche

Vanwege een goede hygiëne is het belangrijk dat u op de dag voorafgaand aan de operatie:

- thuis een douche of bad neemt
- uw tanden poetst

Eten en drinken: nuchter beleid

U moet voor bijna alle ingrepen nuchter zijn. Dat betekent dat u:

- tot 6 uur voor uw opname nog licht mag ontbijten. Een licht ontbijt betekent dat u alleen mag eten: 1 broodje of 1 cracker of 1 beschuitje met boter en zoet beleg. Kopje thee, koffie of appelsap
- tot 2 uur voor de opname alleen nog helder vloeibaar mag drinken: alleen toegestaan is water, limonade (zonder prik), thee en zwarte koffie zonder melk (eventueel met suiker) en helder appelsap

De medewerker van de planning vertelt u telefonisch tot wanneer u mag eten en drinken.

Zeer belangrijk: kom nuchter!

Voor een goede voorbereiding op de operatie is het zeer belangrijk dat u nuchter bent: dus niet heeft gegeten of gedronken vanaf het afgesproken tijdstip voor de opnametijd. Als u niet nuchter bent is de kans namelijk groot dat:

- de operatie niet op het geplande tijdstip kan plaatsvinden of zelfs opnieuw moet worden ingepland
- er maaginhoud in uw longen loopt waardoor u een longontsteking kunt krijgen
- u misselijk wordt

Wat neemt u mee?

Officiële papieren

- zorgverzekeringspas
- niet-reanimeren verklaring
- geldig identiteitsbewijs

Kleding

- comfortabele kleding
- nachtkleding en extra ondergoed voor als u een nacht moet blijven slapen

Toiletartikelen

- (papieren) zakdoeken en toiletartikelen
- een gebitsbakje als u deze gebruikt

Hulpmiddelen

Het is belangrijk dat u uw hulpmiddelen die u thuis gebruikt, meeneemt:

- loophulpmiddel, zoals een stok, kruk of rollator
- bril met stevige brillenkoker om uw bril in te stoppen
- gehoorapparaat en het doosje om uw gehoorapparaat in op te bergen
- CPAP met alle bijbehorende materialen

Iets om uzelf te vermaken

Wat te lezen, puzzelen of iets dergelijks.

Telefoon

In de Foreest Kliniek is mobiel bellen toegestaan. Wij vragen u wel om rekening te houden met uw medepatiënten: bel niet continu, praat niet te hard en zet de beltoon van uw telefoon wat zachter.

Niet meenemen

Noordwest Ziekenhuisgroep raadt u af kostbaarheden zoals sieraden en/of grote hoeveelheden geld mee te nemen naar het ziekenhuis. Er bestaat altijd kans op zoekraken en/of diefstal. Als u toch besluit dergelijke kostbaarheden en/of geld onbeheerd bij u te houden, doet u dat voor eigen rekening en risico. Het ziekenhuis is niet aansprakelijk voor beschadiging, verlies of diefstal van uw persoonlijke eigendommen.

Medicatie

Gebruikt u medicijnen? In dat geval krijgt u een medicatieadvies van anesthesioloog en/of behandelend specialist. Hierop staat precies met welke medicijnen u (tijdelijk) moet stoppen of welke u juist moet blijven gebruiken. U kunt deze medicijnen innemen met een slokje water. Let op: gebruik dus geen medicijnen zonder overleg met de anesthesioloog.

De dag uw opname

Het opnamegesprek

Op de dag van uw operatie melden u en uw begeleider zich aan de balie van Foreest Kliniek op de 1e etage. Tijdens het opnamegesprek stelt de verpleegkundige u een aantal vragen en krijgt u een polsbandje met uw persoonsgegevens om. Ook krijgt u de zogenoemde premedicatie. Dit zijn pijnstillers.

Let op: na het opnamegesprek gaat uw begeleider weg. Het is helaas niet mogelijk om uw begeleider op de afdeling of elders binnen Centrum Oosterwal te laten wachten tot u weer naar huis kunt.

Operatiekleding

Voor uw operatie kleedt u zich om in een operatiehemd en antislipsokken. Ook krijgt u een haarnetje dat op het operatiecomplex gedragen moet worden. Uw eigen kleding gaat in een mandje en wordt op de afdeling bewaard.

Op het operatiecomplex

Als u aan de beurt bent, loopt u samen met de verpleegkundige naar de holding & recovery op het operatiecomplex. Hier neemt u plaats in bed en wordt u verder voorbereid op de operatie. Na de operatie komt u hier in een bed weer terug. Afhankelijk van het type narcose heeft u korter of langer de tijd nodig om bij te komen en weer terug te gaan naar de afdeling. Als u terug kunt naar de afdeling haalt de verpleegkundige u op.

Terug op de afdeling

Als u terug bent op de afdeling wordt u begeleid naar een bed waar u gedurende uw opname in verblijft. Daar krijgt u ook wat te eten en te drinken. Als de pijn en eventuele misselijkheid onder controle is, kunt u zich aankleden en plaatsnemen in een van de stoelen. Als bekend is wanneer u met ontslag mag, kunt u uw contactpersoon bellen om u op te halen. Afhankelijk van uw herstel is dat meestal nog dezelfde dag. Het kan ook zijn dat u een nacht blijft slapen en de volgende ochtend tussen 8:00 en 8:30 uur met ontslag gaat.

Bezoekuur

Het bezoekuur bij Foreest Kliniek is maandag t/m vrijdag tussen 19:00 en 20:00 uur waarbij per patiënt maximaal 1 bezoeker tegelijk welkom is. Dit bezoekuur is alleen voor patiënten die een nacht blijven slapen.

Het ontslag

Voordat u met ontslag gaat, voert de verpleegkundige het ontslaggesprek met u. Tijdens dit gesprek krijgt u uitleg over de leefregels en de pijnmedicatie. Vervolgens brengt een van de verpleegkundigen u met de rolstoel naar buiten waar uw thuisfront op u wacht.

Eerste 24 uur na uw opname

Omdat het kan zijn dat de anesthesie nog niet volledig is uitgewerkt, adviseren wij de eerste 24 uur om:

- geen belangrijke beslissingen te nemen
- geen alcohol te gebruiken
- niet met gevaarlijke apparatuur te werken
- niet zelfstandig deel te nemen aan het verkeer (let op: als u dat wel doet, heeft dit mogelijk gevolgen voor uw verzekeringsdekking!)

Vervoer naar huis

Wij raden u aan om van te voren iemand te vragen om u na uw opname op te halen en naar huis te brengen.

1e nacht niet alleen thuis

Zorg ervoor dat u de 1e nacht niet alleen thuis bent, voor het geval er eventuele complicaties optreden.

De volgende ochtend

Als u op de dag van de operatie naar huis gaat, wordt u de volgende dag door de verpleegkundige gebeld om te vragen hoe het met u gaat en om eventuele vragen te beantwoorden.

Nazorg: wat kunt u zelf regelen?

Is het vóór uw opname al duidelijk dat u na de operatie nog hulp nodig heeft? Dan kunt u alvast een aantal praktische zaken regelen en uitzoeken.

Zorg voor elkaar

De wet gaat ervan uit dat huisgenoten voor elkaar zorgen. Dit wordt ‘gebruikelijke zorg’ genoemd. Volgens de huidige wet- en regelgeving worden gezonde partners geacht u te ondersteunen bij huishoudelijke en persoonlijke verzorging wanneer u korter dan drie maanden zorg nodig heeft. Als u geen partner heeft die u kan ondersteunen, kunt u:

- hulp vragen aan familie of kennissen;
- ondersteuning aanvragen bij algemene hulpdiensten (vrijwilligersorganisaties);
- ondersteuning aanvragen via het Wmo-loket van uw gemeente. Wmo staat voor Wet maatschappelijke ondersteuning.

Thuiszorg

Wilt u thuiszorg ontvangen? Dan kunt u zelf contact opnemen met een zorgaanbieder. De wijkverpleegkundige van de zorgaanbieder beoordeelt welke zorg u nodig heeft. De thuiszorg wordt vergoed vanuit het basispakket van uw zorgverzekeraar.

Huishoudelijke hulp

Als u voor huishoudelijke hulp niet kunt terugvallen op uw partner of familie, kunt u bij uw gemeente huishoudelijke hulp aanvragen. Deze hulp valt onder de Wmo. Voor de aanvraag heeft u wel een indicatie nodig. Omdat de wijze van aanvraag en de vergoeding per gemeente verschillend zijn, adviseren wij u contact op te nemen met uw eigen gemeente voor meer informatie.

Maaltijdvoorziening

Als u (tijdelijk) niet kunt koken en familie/kennissen u niet kunnen helpen, kunt u maaltijden bij de slager/supermarkt halen of gebruik maken van maaltijddiensten, zoals Tafeltje dekje of uitgekookt.nl. Maaltijddiensten worden niet vergoed. Het is het belangrijk dit voor uw operatie te regelen.

Uitleenartikelen

Het kan zijn dat u na de operatie (tijdelijk) hulpmiddelen nodig heeft. Eenvoudige loophulpmiddelen zoals krukken, looprek of rollator, kunt u zelf aanschaffen of huren bij een thuiszorgwinkel. Bepaalde verpleegartikelen zoals een hoog-laag bed, douchestoel, toiletverhoger of rolstoel, kunt u lenen. Als u voor langere tijd een rolstoel nodig heeft kunt u deze zelf aanvragen via het Wmo-loket van uw gemeente.

Vervoer

Het vervoer naar huis of naar een andere zorginstelling is de verantwoordelijkheid van u en uw naasten. Wanneer er een (rolstoel) taxi nodig is kunnen wij dit op u verzoek bestellen. U bent zelf verantwoordelijk voor de kosten hiervan.

Handige links

Informatie over zorgaanbieders

www.kiesbeter.nl: site van Zorginstituut Nederland

www.regelhulp.nl: site van de overheid met informatie over zorg en zorgaanbieders

www.zorgkaartnederland.nl: site van NPCF (patiënten- en cliëntenplatform)

Informatie over (ondersteuning) mantelzorg

www.mantelzorgcentrum.nl: kenniscentrum en hulplijn voor mantelzorgers:
0224 74 50 59

www.mantelzorg.nl: landelijke vereniging mantelzorgers: 030 659 22 22

Informatie over vrijwilligerswerk/-organisaties

www.zorgvoorelkaar.com: vraag en aanbod vrijwilligerswerk: 088 800 06 03

www.humanitas.nl: Regio Alkmaar 072 540 1800 / Kop van Noord-Holland
0223 617422

www.noordkopvoorelkaar.nl: vraag en aanbod vrijwilligerswerk: 088 007 52 50

Hulpmiddelen

www.hulpmiddelenwijzer.nl : site met informatie over hulpmiddelen

www.medipoint.nl: lenen of kopen van zorg- en verpleegartikelen:
088 102 01 00

Vragen?

Heeft u vragen over uw opname? Neem dan contact met de opnameplanners van het specialisme waar u onder behandeling bent. Zij zijn bereikbaar van maandag tot en met vrijdag van 8:30 tot 16:30 uur:

- Chirurgie: 088 085 44 03
- Orthopedie: 088 085 44 01
- Plastische chirurgie: 088 085 31 53

Heeft u de avond van te voren óf op de dag van uw opname vragen, neem dan telefonisch contact op met **Foreest Kliniek 072 514 21 82**.



Comeniusstraat 3
1817 MS Alkmaar

072 514 2182

www.foreestkliniek.nl

W Noordwest
FOREEST
KLINIEK