

Contact opnemen bij lichamelijke klachten na uw ontslag

Is de klacht **LEVENSBEDREIGEND**? Bel meteen **112**

Pijn? 	Koorts? 	Verstopping of diarree? 		Wond dik en rood? 	Bloedt of lekt de wond? 		Misselijk en overgeven? 
		Verstopping	Diarree		Bloedt de wond?	Lekt de wond?	
Neem pijnstilling in zoals deze is voorgeschreven (keer kaart om voor doseringen).	Koorts is een normale reactie van het lichaam. Neem paracetamol. Zorg dat u genoeg drinkt en rust.	Zorg bij verstopping voor voldoende groente, fruit, bruin brood en beweging. Drink voldoende water.	Probeer bij diarree voldoende te blijven drinken en zetmeelrijke voeding te eten (zoals bananen en witte rijst). Neem op eigen initiatief geen stoppende medicatie in.	Teken de verkleuring af met stift. Controleer uw temperatuur. Koel de wond gedurende 15 minuten. Koel niet op de blote huid, maar plaats het ijs waarmee u koelt eerst in een handdoek.	Druk de wond stevig af gedurende 15 minuten. Gebruik schoon verband of een schone theedoek.	Helder wondvocht is een normale reactie. Gebruik extra verband (of koop dit bij uw apotheek) en verbind de wond opnieuw.	Probeer bij misselijkheid goed te blijven drinken. Verdeel de maaltijden over (nog) kleinere porties over de dag.
Als de pijn daarna niet afneemt, neem dan contact op.	Wordt u steeds zieker en/of stijgt uw temperatuur boven de 38,5 graden (rectaal of in het oor gemeten), neem dan contact op.	Is de verstopping niet binnen 2 dagen over, neem dan contact op tijdens kantooruren.	Als er tevens uitdrogingsverschijnselen optreden, zoals stoppen met plas-sen, futloosheid of een droge mond, neem dan contact op.	Als de roodheid rondom de wond gedurende de dag verder uitbreidt en/of als u koorts heeft boven de 38,5 graden, neem dan contact op.	Als de wond na 15 minuten afdrukken blijft bloeden of als er fors bloed-verlies is, neem dan contact op.	Pust de wond, is deze rood en warm, én heeft u koorts boven de 38,5 graden, neem dan contact op.	Als u last heeft van aanhoudend overgeven en geen vocht en voeding kunt binnenhouden, neem dan contact op.

Klachten **binnen 48 uur** na uw ontslag? Bel dan:

- **Tijdens kantooruren tot 17.00 uur:** de polikliniek waar u onder behandeling bent via telefoonnummer (040) 888 80 00
- **'s Avonds en in de weekenden:** de spoedeisende hulp in Veldhoven via telefoonnummer (040) 888 88 11

Klachten **na 48 uur** na uw ontslag? Bel dan:

- **Op werkdagen tot 17.00 uur:** uw huisarts
- **Vanaf 17.00 uur en in het weekend:** de huisartsenpost in uw regio



www.sehzorg.nl

Gebruik van pijnstillers

U bent op de afdeling Spoedeisende Hulp (SEH) geweest. Op deze kaart is aangekruist welke pijnstillers u mag gebruiken.

- Neem medicijnen op vaste tijdstippen in en lees de bijsluiter.
- Raadpleeg uw apotheker indien u nog vragen heeft of twijfelt en/of u bepaalde medicijnen samen mag gebruiken.
- **Begin altijd met stap 1 van onderstaand schema**

Stap 1: Begin altijd met paracetamol bij pijnklachten.	☐ Paracetamol	500 mg	4x per dag	2 tabletten
Helpt dit niet, ga door met de paracetamol én neem ook één van de volgende 2 pijnstillers erbij.				
Stap 2:	☐ Naproxen	500 mg	2x per dag	1 tablet
	of			
	☐ Diclofenac	50 mg	3x per dag	1 tablet
	Slik eventueel een maagbeschermer.			
	☐ Pantoprazol	40 mg	1x per dag	1 tablet
Heeft u nog steeds veel pijn, ga dan door met stap 3 en eventueel stap 4 van het stappenplan én blijf stap 1 en 2 doorgebruiken.				
Stap 3: Dit medicijn krijgt u alleen op recept.	☐ Oxynorm	5 mg	3 tot 6x per dag	1 tablet
Stap 4: Dit medicijn krijgt u alleen op recept.	☐ Oxycontin MGA	10 mg	2x per dag	1 tablet
De medicijnen van stap 3 en 4 kunnen verstopping veroorzaken. Wij raden u aan om Movicolon in de ochtend te drinken om de verstopping tegen te gaan.	☐ Movicolon	13,8g	1- 3 zakjes per dag	
Bij veel pijnklachten neemt u contact op met de polikliniek.				

Stoppen met pijnstillers: Zorg dat de pijnstillers stapsgewijs worden afgebouwd. Stop eerst met stap 4, dan stap 3, dan stap 2 en als laatste de paracetamol.

Overige medicatie	☐ Fragmin	 eenheden	1x per dag	1 injectie
	☐			

Controleafspraak maken

Wij vragen u zelf de **eerstvolgende** werkdag een controleafspraak te maken over dagen/weken bij de polikliniek:

☐ U wordt gemaïld of gebeld door de poli traumatologie. Routenummer 067 (locatie Veldhoven).

☐

De informatie op deze kaart is van algemene aard en is bedoeld om u een beeld te geven van de zorg en voorlichting die u kunt verwachten. In uw situatie kunnen andere adviezen of procedures van toepassing zijn. Deze kaart is dan ook slechts een aanvulling op de specifieke (mondelinge) voorlichting van uw specialist of behandelaar.