

Pijnbehandelcentrum

# Ruggenmergstimulatie, informatie na ontslag

## Contactgegevens Alrijne Ziekenhuis

**Alrijne Ziekenhuis Leiden**  
Houtlaan 55  
2334 CK Leiden  
071 517 8178

**Alrijne Ziekenhuis Leiderdorp**  
Simon Smitweg 1  
2353 GA Leiderdorp  
071 582 8282

**Alrijne Ziekenhuis Alphen aan den Rijn**  
Meteoorlaan 4  
2402 WC Alphen aan den Rijn  
0172 467 467

**U heeft een operatie ondergaan voor ruggenmergstimulatie. In deze folder vindt u uitleg over de periode na de operatie.**

**Heeft u na het lezen van deze informatie nog vragen, stelt u deze dan gerust aan de verpleegkundig specialist of pijnconsulent.**

## Wondgenezing en verzorging

De genezing van de operatiewonden duurt een paar weken. Het is normaal dat u nog twee tot zes weken na de ingreep last heeft van pijn aan de wond. U kunt hiertegen gedurende maximaal 5 dagen 4 keer per dag Paracetamol 1000 mg innemen.

Tijdens de proefperiode en na het inbrengen van de inwendige batterij zijn de wonden gesloten met metalen hechtingen. Deze worden op het Pijnbehandelcentrum verwijderd. Zolang u hechtingen heeft, is het belangrijk dat de operatiewonden droog blijven. U mag dus niet douchen, in bad gaan of zwemmen. U kunt zich wel aan de wastafel wassen. Tijdens de proefperiode heeft u een uitwendige batterij. De uitwendige materialen kunnen niet tegen vocht. Daarom verbinden we de wond en de materialen met een speciale constructie van verbandmateriaal. Om het risico van infectie van de operatiewonden zo klein mogelijk te houden, wordt het verband op het Pijnbehandelcentrum verwisseld. Vanwege de kwetsbaarheid van uitwendige materialen tijdens de proefperiode, verzoeken wij u zelf geen verbandmateriaal te verwijderen. Bijplakken is wel toegestaan. Nadat de hechtingen verwijderd zijn mag u zichzelf weer douchen.

## Leefregels tot acht weken na de operatie

Het duurt ongeveer acht weken voordat de elektrode goed in het weefsel is vastgegroeid. Door bepaalde activiteiten kan er breuk ontstaan in de elektrode, of kan deze verplaatsen. Daardoor kan de stimulatie wegvallen, of minder goed zijn, of kan een ander gebied worden gestimuleerd. In het overzicht op de volgende pagina vindt u adviezen om breuk of verplaatsing te voorkomen of te beperken.

Niet doen	Wel doen
Het boven uw hoofd brengen van uw armen.	
Buigen, draaien en/of uitrekken van uw rug.	Beweeg uw bovenlichaam als één geheel: bij het draaien van uw hoofd draaien uw heupen tegelijkertijd dezelfde kant op.
Tillen meer dan 2,5 kg.	Zorgt dat u bij tillen de rug recht houdt.
Slapen op uw buik.	Slaap op een stevige matras. Ga in en uit bed met een rechte rug.
Meer dan een uur achtereen op een stoel zitten.	Belangrijk bij zitten is dat de rug recht blijft.
	Voorkom onverhoedse bewegingen bij seksuele activiteiten
Zelf autorijden, of een ander vervoermiddel besturen.	U mag wel meerijden in de auto.
Het bedienen van aangedreven gereedschappen of andere apparatuur.	
Het uitlaten van een aangelijnde hond.	
Sporten of zwemmen.	Start met het opbouwen van fysieke inspanning door elke dag korte wandelingen te maken. Te beginnen met 3 keer per dag 5 minuten.
Per dag meer dan twee trappen op- en aflopen.	Bij traplopen de voet bijzetten op de trede.

## Overige tijdelijke adviezen

- Meet éénmaal per dag op een vast tijdstip uw temperatuur en noteer dit in het dagboek. Noteer daarbij ook hoe u de temperatuur gemeten heeft (via de mond, anus of het oor).
- Draag na het inbrengen van de inwendige batterij gedurende drie weken een elastische band of een corrigerende onderbroek om de inwendige batterij steun te geven.
- Overleg met de verpleegkundig specialist of pijnconsulent voordat u zich laat onderzoeken of behandelen door een arts of therapeut.

## Wanneer contact opnemen met het Pijnbehandelcentrum

Neem contact op met het Pijnbehandelcentrum:

- Als u koorts heeft, hoger dan 38 graden;
- Als de wondpleister zichtbaar vol raakt met vocht;
- Als de wond overmatig veel vocht en/of bloed lekt;
- Als de wond rood, warm en pijnlijker wordt;
- Als u plotseling heel veel pijn heeft in het geopereerde gebied;
- Als u heel veel hoofdpijn en/of pijn bij het buigen van de nek heeft.

## Pijnmedicatie

Wij adviseren u om uw gebruikelijke pijnmedicatie gewoon te blijven gebruiken. In een later stadium wordt samen met u gekeken of afbouwen van pijnmedicatie mogelijk is.

## De afstandsbediening van uw ruggenmergstimulator

Wij raden u aan uw afstandsbediening altijd bij u te hebben. Hiermee kunt u de stimulatie aanpassen zodat u uw pijn het beste kunt beheersen. Volg de volgende stappen als de afstandsbediening niet reageert:

- Raadpleeg de informatiebrochure die u van het Pijnbehandelcentrum of van de afdeling heeft meegekregen.
- Een probleem met de afstandsbediening, de teststimulator of de kabeltjes is onhandig, maar niet spoedeisend. U kunt de stimulator uitzetten en de eerstvolgende werkdag contact opnemen met de verpleegkundig specialist of pijnconsulent.

## Uw vervolgafspraken bij het Pijnbehandelcentrum

Bij ontslag heeft u een bevestiging van de eerstvolgende afspraak meegekregen. Wij adviseren u om te controleren op welke locatie u de afspraak heeft. Na de operatie volgen een aantal vaste contactmomenten:

- **Eén dag na de operatie – telefonisch consult**

U wordt gebeld door de pijnconsulent of de verpleegkundig specialist van het Pijnbehandelcentrum.

- **Drie dagen na de operatie – poliklinisch consult**

Op de polikliniek van het Pijnbehandelcentrum heeft een afspraak bij de pijnconsulent of de verpleegkundig specialist. Wij vragen u het pijndagboek mee te nemen en de afstandsbediening van de ruggenmergstimulator.

- **Tien dagen na de operatie – poliklinisch consult**

Op de polikliniek van het Pijnbehandelcentrum heeft een afspraak bij de pijnconsulent of de verpleegkundig specialist.

- Hierna vinden er poliklinische controle afspraken plaats één, drie en zes maanden na de operatie. Daarna vindt jaarlijks een controle afspraak plaats.

## Bereikbaarheid verpleegkundig specialist en pijnconsulenten

Om een afspraak te maken of te verplaatsen belt u naar het secretariaat van het Pijnbehandelcentrum via telefoonnummer 0172 467 039. Het secretariaat is bereikbaar van maandag tot en met donderdag van 9.00 tot 15.00 uur en op vrijdag van 9.00 tot 12.00 uur.

Een telefonische afspraak kan gemaakt worden bij:

Verpleegkundig specialist : Ida van der Voort

Pijnconsulent : Eveline Ruijgrok

Voor spoedgevallen buiten deze tijden en in het weekend belt u met de dienstdoende anesthesioloog via telefoonnummer 071 582 8282.

## Tot slot

Denkt u eraan bij ieder bezoek aan het ziekenhuis geldig legitimatiebewijs (paspoort, identiteitsbewijs, rijbewijs) en uw zorgverzekeringspas mee te nemen.

Zijn uw gegevens (verzekering, huisarts, etc.) gewijzigd, meldt u dit dan bij de Patiëntenregistratie in de hal op de begane grond van het ziekenhuis. Wij stellen het op prijs als u zich tijdig meldt voor de afspraak.

## Vragen

Heeft u nog vragen en/of opmerkingen naar aanleiding van deze folder, stelt u deze dan aan de baliemedewerker van het Pijnbehandelcentrum.

Het Pijnbehandelcentrum Alrijne Ziekenhuis Leiden heeft routenummer 73 en is telefonisch te bereiken via de receptie 071 517 81 78.

Het Pijnbehandelcentrum Alrijne Ziekenhuis Leiderdorp heeft routenummer 204 en is telefonisch te bereiken via 071 582 8039.

Het Pijnbehandelcentrum Alrijne Ziekenhuis Alphen aan den Rijn heeft routenummer 51 en is telefonisch te bereiken via 0172 467 039.

## Over Alrijne Zorggroep

Op onze locaties in Leiden, Leiderdorp, Alphen aan den Rijn, Katwijk en Sassenheim, bieden wij de beste zorg dichtbij aan iedere patiënt. En dat doen we samen: met patiënten die de regie over hun eigen leven voeren, met deskundige en betrokken medewerkers, in samenwerking met huisartsen en andere zorgverleners.

Voor meer informatie over Alrijne Zorggroep kunt u terecht op [www.alrijne.nl](http://www.alrijne.nl).

Volg ons ook op Twitter @alrijne en Facebook.

### Geef uw mening!

Op [www.zorgkaartnederland.nl](http://www.zorgkaartnederland.nl) kunt u aangeven hoe u de zorg in Alrijne Ziekenhuis heeft ervaren. Op deze manier kunt u ons helpen de kwaliteit van zorg nog verder te verbeteren.

03.09, 12\_18 rev1