



baro

Obesitaskliniek

**Je wordt vandaag ontslagen.
Vanaf nu moet je een aantal
raadgevingen in acht nemen
om een optimaal herstel en
gewichtsverlies te verzekeren.**

SCHEMA NA JE INGREEP

DAG
01

Start Clexane® spuitje (gebeurt nog in het ziekenhuis).
Max. 50ml per uur drinken.

DAG
02

Max. 100ml per uur drinken mag.

DAG
03

Bouillon en magere yoghurt mag.

DAG
04

Gepureerde voeding, max. 2 eetlepels per maaltijd.

DAG
07

Start vitamines en ijzersupplement.

DAG
10

Vitaminesupplementen bijbestellen via mail of telefonisch.
Vandaag krijg ik mijn laatste Clexane® spuitje.

DAG
14

Naar de huisarts om de pleisters te laten verwijderen.
Autorijden mag. Tillen boven 10kg en fietsen mag.

DAG
30

Start Stadium 2 van het dieet.

RAADGEVINGEN NA DE PROCEDURE



Pijn

Je krijgt een voorschrift mee voor Dafalgan Instant (poeder dat oplost in je mond en je niet hoeft door slikken). Als je een stekende pijn voelt in je linker zij (hetgeen vaak voorkomt in het begin na de ingreep en gewoonlijk onschuldig is) neem je tot maximaal 4 van deze zakjes verspreid over de dag. Je mag GEEN aspirines (bv *Perdolan Compositum*, *Aspegic*) of ontstekingsremmers nemen (bv *Diclofenac*, *Voltaren*, *Ibuprofen*, *Brufen*, *Spidifen*) omdat deze een maagontsteking kunnen veroorzaken.



Inspanningen

Blijf zeker goed mobiel vanaf je thuiskomst echter zonder zware inspanningen te leveren de eerste 2 weken (niet fietsen of lasten tillen boven 10 kg). Rondwandelen en trappen doen wordt wel aangemoedigd. Echt opnieuw intensief sporten mag vanaf 4 weken na de ingreep. Je kan tot enige tijd na de ingreep last hebben van futloosheid. Rij niet met de auto tot de pleisters door de huisarts verwijderd zijn (14 dagen na de operatie).



Wondjes

Er worden doucheklevers op de wonden gekleefd. Hiermee mag je dagelijks een korte douche nemen (niet baden of zwemmen). Ze moeten enkel vervangen worden als ze loskomen. Onder de doucheklevers bevinden zich steristrips. Deze mogen na 14 dagen door je huisarts verwijderd worden. Er hoeven geen hechtingen verwijderd te worden, deze zitten onder de huid en lossen vanzelf op.



Dieet

Volg strikt de raadgeving op van de diëtist om vroege complicaties (lekkage...) zoveel mogelijk te vermijden. Alle info is terug te vinden op het BEPATIENT platform.



Vitaminen

Vanaf 1 week na de operatie dien je de juiste supplementen levenslang dagelijks in te nemen. Je krijgt een staal mee van WLS Optimum kauwtabletten en Ferro Optimum sliktabletten, speciaal gemaakt voor patiënten na een gastric sleeve. De supplementen worden beter verdragen als ze 's avonds worden ingenomen. Zijn de staaltjes op dan bestel je ze online op www.fitforme.be of bel naar 03/808 33 41. Je kan dan WLS Optimum in sliktablet bestellen waar ijzer ook in vervat zit en dus niet meer afzonderlijk moet worden ingenomen. Deze pillen zijn echter te groot om onmiddellijk na de ingreep al in te nemen, vandaar dat we opstarten met een kauwtablet (staaltje).



Clexane®

Je dient 10 dagen een bloedverdunner te gebruiken om te voorkomen dat bloedklonters zich vormen in de aders van de benen. Deze wordt in spuitjes gegeven. Je krijgt een voorschrift mee voor de apotheek. Indien je de spuitjes niet zelf kan zetten, wordt er ook thuisverpleging voorgeschreven.



Weegschaal

Voer op de BEPATIENT applicatie 1x/week je gewicht in. Je weegt je best 's ochtends. Zo kan de dokter de evolutie van je gewichtsverlies volgen.



Follow up

Een controleraadpleging bij je chirurg, diëtiste en psychologe wordt je meegegeven. Het is belangrijk deze na te komen voor de juiste opvolging en beste resultaten. Een eerste uitgebreide bloedafname bij je huisarts is gewoonlijk zes maanden na je operatie.



Vragen

Indien je nog vragen hebt, kan je op het BEPATIENT platform de rubriek 'veelgestelde vragen' raadplegen, je vraag online stellen aan 1 van de hulpverleners of je huisarts raadplegen.