

# Nierstenen

## Leefregels na ontslag

### Algemene informatie

U bent opgenomen geweest op afdeling A1 Chirurgie/Urologie in ziekenhuis Nij Smellinghe te Drachten. Deze folder geeft informatie over ontslag en uw individuele leefregels.

Na uw operatie of opname komt u weer thuis in uw eigen omgeving. Er zijn enkele leefregels waar u zich de komende periode aan moet houden. Deze folder dient als geheugensteun voor uw individuele leefregels.

Bij thuiskomst is het belangrijk om te letten op eventuele veranderingen, namelijk:

- Koorts
- Extreme pijntoename
- Bloedingen
- Ontsteking en/of zwellingen aan de wond.

Indien een van bovenstaande veranderingen optreedt, dan kunt u tot de eerstvolgende afspraak op de polikliniek contact opnemen met:

Binnen kantoortijden met polikliniek:

Chirurgie (tel. (0512) 588 809) en/of

Urologie (tel. (0512) 588 811)

Buiten kantoortijden met de:

Spoedeisende Hulp (tel. (0512) 588 145)

Heeft u na de controleafspraak weer klachten? Neem dan contact op met uw huisarts.

### Nierstenen

#### Voeding:

- U mag alles eten.
- Als de steen nog niet geloosd is, drink dan weinig tot normaal.
- Nadat de steen geloosd is, moet u twee tot tweeënhalve liter drinken per dag.

#### Leefregels:

U hebt geen beperkingen.

#### Medicatie:

U mag maximaal vier keer per dag één gram paracetamol innemen tegen de pijn. Soms krijgt u nog een recept voor aanvullende medicijnen mee.

#### Werkhervatting:

U kunt na enkele dagen, afhankelijk van uw eigen conditie uw werk hervatten.