

Lage rughernia

Inleiding

Er is bij u een hernia in de onderrug geconstateerd. Dit wordt ook wel een lage rughernia genoemd. In deze folder vindt u informatie over de aandoening en de behandeling.

Wat is een hernia?

Een hernia is een uitstulping van de tussenwervelschijf. De inhoud van de tussenwervelschijf, een gelachtige stof, is naar buiten gestulpt en geeft druk op een zenuwlaag in de rug. Dit kan pijn in één of beide benen veroorzaken. Ook kan er sprake zijn van minder kracht of gevoel in de benen. Meestal gaat de pijn na enige weken vanzelf over. Als de klachten erg hinderlijk zijn en niet vanzelf over gaan komt u in aanmerking voor een operatie.

Behandeling

De operatie vindt plaats onder algehele narcose, tenzij dit anders met u is afgesproken door de anesthesioloog (dat is een arts die gespecialiseerd is in het toedienen van de verdoving).

Bij de operatie wordt de uitpuilende kern van de tussenwervelschijf weggehaald waardoor de beknelde zenuw weer vrijkomt. Hieronder leest u over de techniek die binnen het Groene Hart Ziekenhuis wordt toegepast.

Herniaoperatie

Midden op de rug, boven de plaats waar de hernia zit, wordt in de lengterichting in de huid een snee van ongeveer 4 cm gemaakt. De lange rugspieren worden losgemaakt en opzij geschoven. De uitstulping van de tussenwervelschijf wordt verwijderd waardoor de druk van de zenuw wordt weggehaald. Hierna wordt een

opening gemaakt in de tussenwervelschijf waaruit het versleten binnenste deel van de tussenwervelschijf zo goed mogelijk wordt verwijderd. Tot slot wordt de operatiewond gehecht. Als het nodig is wordt een drain (slangetje) ingebracht in het operatiegebied om overtollig wondvocht te verwijderen. Deze kan er de volgende dag uit.

Vorbereiding

Gebruikt u medicijnen die invloed hebben op de bloedstolling, zoals bloedverduuners (bijvoorbeeld Ascal) en een aantal pijnstillers, dan moet u hier enkele dagen voor de operatie tijdelijk mee stoppen. Dit is op de polikliniek met u besproken. Bent u bekend bij de Trombosedienst, dan moet er een overbrugging worden geregeld.

Praktische informatie over uw opname en de gang van zaken in het ziekenhuis krijgt u tijdens het preoperatieve spreekuur. Tijdens dit spreekuur heeft u onder andere een gesprek met de anesthesioloog.

Nuchter

De avond voor de operatie moet u vanaf 24.00 uur nuchter zijn. Dit betekent dat u vanaf dat moment niets meer mag eten en drinken.

De opname

Op het afgesproken tijdstip meldt u zich bij de receptie bij de hoofdingang van het ziekenhuis. Daar wordt u opgehaald en naar de verpleegafdeling gebracht.

Sieraden/make-up

Op de dag dat u wordt geopereerd, doet u al uw sieraden af en eventuele piercings uit. U draagt zelf zorg voor sieraden die

moeizaam uit of af gaan. Vraag eventueel advies aan uw juwelier. Wij raden u aan al uw sieraden thuis te laten. Verder gebruikt u geen make-up, mascara, lippenstift en nagellak. Als u kunstnagels heeft, verwijdert u één nagel per hand (van de wijsvinger, middelvinger of de ringvinger).

Tijdstip van de operatie

Het is nooit precies te zeggen wanneer u aan de beurt bent. Operaties kunnen langer duren dan verwacht en er kunnen spoedoperaties plaatsvinden. Op de dag van de operatie proberen we u zo goed mogelijk in te lichten over het verwachte tijdstip waarop u geopereerd wordt.

De operatie

De verpleegkundige van de verpleegafdeling brengt u in uw bed naar de operatieafdeling. U krijgt daar een infuus en wordt naar de operatiekamer gebracht. De operatie wordt uitgevoerd door de orthopedisch chirurg. Over het algemeen duurt de operatie 30-60 minuten.

Na de operatie

Na de operatie gaat u via de verkoeverkamer (uitslaapkamer) terug naar de verpleegafdeling. U heeft dan nog een infuus om vocht en medicijnen door te geven en soms een slangetje (drain) voor de afvoer van wondvocht. Als u zich goed voelt mag u weer eten en drinken. De eerste 4 uur na de operatie moet u plat blijven liggen. Meestal mag u dezelfde dag of de dag na de operatie uit bed.

De ochtend na de operatie komt de fysiotherapeut bij u langs. Hij of zij geeft u begeleiding bij het uit bed komen en geeft u adviezen over houding en bewegingen. Ook geeft de fysiotherapeut praktische adviezen voor thuis.

Risico's

Aan elke operatie zijn risico's verbonden:

- Er kan een infectie of een nabloeding optreden, waardoor soms opnieuw geopereerd moet worden.
- Doordat rondom het ruggenmerg en de zenuw geopereerd wordt, is er een kleine

kans dat een lek ontstaat in het ruggenmergsvlies. Dit veroorzaakt hoofdpijn en herstelt na een aantal dagen bedrust.

- Een zenuwwortel kan beschadigen waardoor u minder controle heeft in een spier of minder voelt in het gebied van de zenuw. Het herstel hiervan is onzeker en duurt vaak maanden.

Weer thuis

U kunt na één of een paar dagen naar huis. De pijn in het been is meestal direct verdwenen of sterk afgenomen. Rond de tweede of derde dag na de operatie kan de pijn in de rug en het been tijdelijk weer terugkeren. Dit wordt veroorzaakt door een zwelling in het operatiegebied. U mag hiervoor Paracetamol gebruiken (3 x per dag 2 tabletten).

Na verloop van tijd verdwijnt de zwelling en daarmee de pijnklachten. Als u voor de operatie een doof gevoel en/of krachtverlies had, dan kan dit na de operatie verdwijnen. Dit kan wel maanden duren.

Als u het ziekenhuis mag verlaten, krijgt u een verwijzing mee voor fysiotherapie. Eenmaal thuis is het belangrijk om in beweging te blijven. Uw lichaam geeft zelf aan waar uw grenzen liggen. In de eerste acht weken na de operatie moet u zware belasting (tillen, zwaar huishoudelijk werk) van de rug nog wel vermijden.

Werk

Wanneer u weer kunt gaan werken, is afhankelijk van het soort werk dat u doet en van de grootte van de operatie. Wij adviseren u om snel na de operatie een afspraak te maken met de bedrijfsarts op uw werk.

Controle

U komt na 2 maanden terug voor controle op de polikliniek bij de orthopedisch chirurg.

Verhinderd

Bent u op het afgesproken tijdstip verhinderd, bel dan zo snel mogelijk (uiterlijk 24 uur voor de afspraak) de polikliniek Orthopedie om uw afspraak af te zeggen of

te verplaatsen. Van maandag tot en met vrijdag, tussen 9.00 en 10.00 uur en tussen 13.30 en 14.30 uur via tel.: (0182) 50 55 83.

Algemene informatie over het GHZ

Voor informatie over het ziekenhuis kunt u terecht op onze internetsite: www.ghz.nl. U kunt ook bellen naar het algemene informatienummer: (0182) 50 50 50.

Vragen

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen, aarzelt u dan niet om contact met ons op te nemen. Bij voorkeur tijdens het telefonisch spreekuur van het secretariaat Orthopedie. Van maandag tot en met vrijdag, tussen 9.00 en 10.00 uur en tussen 13.30 en 14.30 uur via tel.: (0182) 50 55 83.

Heeft u buiten deze tijden dringende vragen, dan kunt u contact opnemen met de verpleegafdeling Orthopedie via tel.: (0182) 50 54 50.

Wij wensen u een spoedig herstel toe!

Colofon

uitgave : Groene Hart Ziekenhuis, Gouda
productie : Marketing & Communicatie
januari 2017
04.12.051