

informatie voor patiënten van ziekenhuis rijnstate/velp

Na een chemonucleolysis



Rijnstate

Neem altijd uw
verzekeringsgegevens
en identiteitsbewijs mee!

U hebt een chemonucleolysis ondergaan. Hierbij is met het enzym chymopapaine het centrale deel van een tussenwervelschijf opgelost. Het omliggende weefsel heeft na de behandeling zes tot twaalf weken nodig om te herstellen. In deze periode moet u uw activiteiten zoveel mogelijk beperken. De fysiotherapeut heeft u daarvoor adviezen gegeven. Het is belangrijk deze op te volgen.

Na de behandeling

Na de behandeling krijgt u een ontstekingsremmend middel. Dit wordt gedurende tien dagen voorgeschreven. Als u pijn hebt, mag u een pijnstillend middel gebruiken.

De dag na de behandeling mag u met hulp van de fysiotherapeut uit bed. Deze zal u vertellen hoe u het beste in en uit bed kunt stappen.

Adviezen

De eerste zes weken na de behandeling wordt u geadviseerd uw activiteiten zoveel mogelijk te beperken. Platliggen, staan en (trap)lopen is toegestaan. Zodra u pijn voelt, dient u te stoppen met wat u doet en te gaan liggen. Liggen kan het beste op een harde, vlakke ondergrond, zoals de vloer, een stevig matras of een matras met een plank eronder.

In de periode vlak na de behandeling moet u het zitten zoveel mogelijk beperken. U mag alleen zitten als de omstandigheden dit vereisen, zoals een toiletbezoek of reizen in auto of trein over korte afstanden. Bij het zitten dient uw rug optimaal recht te zijn. Als u het zitten mag uitbreiden, kunt u het beste zitten op een barkruk of op de rand van een hoge stoel.

Als de pijn minder wordt, kunt u uw activiteiten hervatten en aan uw conditie gaan werken. Naast lopen kunt u gaan fietsen en eventueel zwemmen. Geleidelijk kunt u de activiteiten uitbreiden. Lichte werkzaamheden, zoals kantoorwerk, kunt u vier tot acht weken na de behandeling hervatten. Zwaar lichamelijk werk of fanatieke sportbeoefening mag pas na drie maanden.

Wanneer u vermoeid raakt, zal dit zich meestal uiten als rugpijn en soms zelfs als uitstralende pijn in uw been. Als beenklachten binnen vierentwintig uur niet over zijn, wordt u geadviseerd bedrust te nemen gedurende maximaal vierentwintig uur.

Na een chemonucleolysis kunt u nog enige tijd rugpijn hebben.

Vragen

Als u nog vragen hebt, kunt u contact opnemen met de afdeling Fysiotherapie.

Telefoonnummer

Afdeling Fysiotherapie: 088 - 005 63 66

Bij Rijnstate kunt u telefonisch en voor de meeste specialismen via www.rijnstate.nl uw afspraak maken.

Rijnstate

Postbus 9555

6800 TA Arnhem

T 088 - 005 8888

E info@rijnstate.nl

www.rijnstate.nl

Ziekenhuislocaties

Arnhem

Zevenaer

Velp

Dieren

Arnhem-Zuid