



Sint Maartenskliniek

## Operatie in het Amalia kinderziekenhuis

Als de bocht in je rug te groot wordt, kan het zijn dat je geopereerd moet worden. Met een scoliose-operatie maakt de orthopedisch chirurg de bocht in je wervelkolom zo recht als mogelijk is en wordt de rug over een deel vastgezet. De operatie noemen we een correctie spondylodese.

## Jouw behandeling

## Vorbereiding van je bezoek aan de polikliniek in het Maasziekenhuis Pantein in Boxmeer

Een goede voorbereiding van je bezoek aan onze polikliniek in Maasziekenhuis Pantein is belangrijk. Daarom is het handig als je vooraf van een aantal zaken op de hoogte bent.

### Vragen formuleren

Een goed idee is om thuis met je ouders alvast op te schrijven welke vragen je ons wilt stellen en welke informatie je zelf wilt vertellen. Zo voorkom je dat je iets vergeet te zeggen. Bovendien kan het helpen om goed onder woorden te brengen wat je klachten zijn.

### Sms-dienst

In principe ontvang je één week vóór je afspraak een sms-bericht van ons, met een herinnering aan onze afspraak. Als je geen mobiele telefoon hebt of geen sms-bericht wilt ontvangen, kunnen jij of je ouders dit telefonisch aan ons doorgeven.

### Waar meld je je?

Je meldt je samen met je ouder(s) bij de polikliniek Orthopedie in het Maasziekenhuis Pantein in Boxmeer, vijftien minuten vóór de afgesproken tijd. Wanneer je voor de eerste keer komt, word je eerst ingeschreven. Zijn er gegevens (zoals adres, zorgverzekeraar of huisarts) veranderd, dan geven je ouders dat ook bij aankomst bij de polikliniek Orthopedie door. De polikliniek Orthopedie vind je vanuit de

hoofdingang op de begane grond aan de linkerkant (routenummer 006). Als het nodig is, kun je gebruikmaken van een rolstoel (borg €2,00).

### **Als je niet kunt komen**

Kunnen jij en je ouders niet naar de afspraak komen? Geef dit dan uiterlijk 24 uur van tevoren aan ons door via telefoonnummer (0485) 84 53 50 (maandag tot en met vrijdag 8.30 tot 16.30 uur).

### **Wat neem je mee?**

Bij je bezoek aan de polikliniek is het belangrijk dat jij of je ouders onderstaande zaken meenemen:

- Afspraakbevestiging
- Verzekeringspas
- Legitimatiebewijs zoals paspoort, rijbewijs of identiteitsbewijs
- Overzicht van medicijnen die je gebruikt (verkrijgbaar bij de apotheek) (indien van toepassing)

### **Voorkomen van MRSA- en BRMO-bacterie**

De Sint Maartenskliniek stelt alles in het werk om infecties bij patiënten te voorkomen. Je kunt daar zelf aan meehelpen. Wanneer je één van de volgende vijf vragen met 'ja' kun beantwoorden, verzoeken wij jou en je ouders dit aan te geven bij de afdeling waar je onder behandeling bent. Je hebt dan mogelijk een verhoogde kans dat je de MRSA- of BRMO-bacterie draagt. Gezonde mensen worden van deze bacteriën niet ziek. Om te voorkomen dat andere patiënten besmet raken, worden er extra maatregelen genomen.

- Heb je in de afgelopen twee maanden langer dan 24 uur in een buitenlands ziekenhuis gelegen?
- Woon je in of hebben je ouders een bedrijf met levende vleeskalveren, varkens of vleeskuikens?
- Ben je drager van de MRSA-bacterie of een ander Bijzonder Resistent Micro Organisme (BRMO)?
- Zijn je ouders of andere gezinsleden drager van de MRSA-bacterie? Ben je opgenomen geweest in een Nederlands ziekenhuis of zorginstelling waar een probleem heerste met MRSA of een ander Bijzonder Resistent Micro Organisme (BRMO)?

## **Je afspraak op de polikliniek**

---

Tijdens het eerste bezoek aan de polikliniek Orthopedie in het Maasziekenhuis Pantein in Boxmeer stellen we jou en je ouders een aantal vragen. Ook word je lichamelijk onderzocht.

### **Aanvullend onderzoek**

Naar aanleiding van je ziektegeschiedenis en het lichamelijk onderzoek besluit de behandelaar of dezelfde dag nog andere onderzoeken nodig zijn, zoals bloed prikken of röntgenfoto's maken. Soms lukt het niet om een aanvullend onderzoek op dezelfde dag te laten plaatsvinden. Dan maken we met jou en je ouders een afspraak op een andere datum.

## Medicatie

Jouw behandelaar kan tijdens het consult besluiten om je medicatie voor te schrijven. Het is dan ook belangrijk dat jij en je ouders weten welke medicatie je op dit moment gebruikt, of in het verleden hebt gebruikt. Denk daarbij ook aan medicatie waarvoor je allergisch bent.

## Pre-operatieve screening door de anesthesist

Als je behandelaar tijdens de afspraak een operatie adviseert en je gaat daarmee akkoord, dan krijg je eerst een pre-operatieve screening. Dit onderzoek vindt plaats op de Polikliniek Anesthesiologie van het Radboudumc Amalia kinderziekenhuis in Nijmegen. Je ontvangt hierover een brief of je wordt gebeld.

# Pre-operatieve screening in het Amalia kinderziekenhuis in Nijmegen

---

Een tijdje vóór de operatie krijg je een afspraak op de Polikliniek Anesthesiologie van het Amalia kinderziekenhuis voor een pre-operatieve screening.

De anesthesioloog van het Amalia kinderziekenhuis zorgt voor de algehele anesthesie (narcose), epidurale anesthesie (ruggenprik) en het stabiliseren van de vitale lichaamsfuncties (ademhaling, bloedsomloop, temperatuur) tijdens de operatie. De anesthesioloog zorgt ook voor de pijnbestrijding na de operatie en geeft jou en je ouders hier voorlichting over tijdens de pre-operatieve screening.

Tijdens de pre-operatieve screening beoordeelt de anesthesioloog jouw gezondheid. Als er voorbereidingen nodig zijn, dan wordt dat ook tijdens de pre-operatieve screening besproken.

## Vorbereiding thuis

---

Een goede voorbereiding op de opname in het ziekenhuis is belangrijk. Je weet dan wat je kan verwachten. Je ouders kunnen vooraf met jou praten over wat je kunt verwachten in het ziekenhuis. Bijvoorbeeld over wat een narcose is. Ook kunnen je ouders uitleggen wat een ziekenhuis is, dat je er een paar nachtjes, eventueel samen met een van je ouders, blijft slapen maar daarna weer naar huis gaat. Er zijn diverse kinderboeken te verkrijgen die ingaan op het verblijf in het ziekenhuis. [Op de website van het Amalia kinderziekenhuis](#) vind je diverse foto's en filmpjes die je samen met je ouders kunt kijken om je voor te bereiden op de opname en anesthesie in het Amalia kinderziekenhuis.

## Contact opnemen

Is er binnen 14 dagen voor de opname sprake van één van de volgende situaties, laat je ouders dan altijd vóór de opname contact opnemen met de patiëntenplanning van het Amalia kinderziekenhuis (telefoonnummer (024) 361 3646).

- Koorts
- Gebruik van antibiotica
- Iedere verandering in medicijngebruik
- Griepverschijnselen
- Allergieën
- Wondjes of overige huidbeschadigingen
- Zetten van piercing of tatoeage
- Een ingreep bij de tandarts (geen controle)

### **Medicijngebruik (indien van toepassing)**

Het kan zijn dat je één of meer dagen vóór de ingreep moet stoppen met het innemen van bepaalde medicijnen (bijvoorbeeld bloedverdunners). Het is belangrijk dat je je aan de afspraken houdt die de anesthesist tijdens de pre-operatieve screening hierover met jou en je ouders heeft gemaakt.

Als er nog vragen zijn, of als je een geneesmiddelenallergie of zelfzorgmedicatie nog niet hebt gemeld tijdens de pre-operatieve screening, laat je ouders dit dan melden vóór opname aan de patiëntenplanning van het Amalia kinderziekenhuis, telefoonnummer: (024) 361 3646.

### **Alcohol**

Alcohol- en drugsgebruik is onder de 18 jaar wettelijk verboden. Daarnaast geldt voor alcohol dat overmatig gebruik een nadelige invloed heeft op de anesthesie. Als je toch alcohol gebruikt, kun je het beste twee weken vóór de operatie minder drinken, en in de laatste twaalf uur vóór de operatie geen alcohol drinken. Vanaf 24.00 uur 's nachts (in de nacht vóór de operatie) mag je geen alcohol drinken.

### **Roken**

Als je rookt, weet je dat het een aantal nadelige effecten op het functioneren van het lichaam heeft. Het staat bijvoorbeeld vast dat rokers meer complicaties hebben na een operatie en anesthesie. Ook hebben zij vaak meer pijn na de operatie. Door een aantal weken vóór de operatie niet meer te roken, is je longslijmvlies al minder geprikkeld. Ook voor de wondgenezing is het beter als je in ieder geval tijdelijk niet meer rookt.

### **Drugsgebruik**

Als je drugs gebruikt, moet je dit zeker aan de anesthesioloog melden bij de pre-operatieve screening. Drugsgebruik kan namelijk een nadelige invloed hebben op de anesthesie en moet minimaal 72 uur voor de operatie worden gestaakt.

## **Bericht over de opname**

---

Tijdens de pre-operatieve screening is de opnamedatum meestal nog niet bekend. Wij plannen de opname na de pre-operatieve screening. Een operatieplanner van het Amalia kinderziekenhuis neemt telefonisch contact met jou en je ouders op over de opnamedatum.

Een week voor de opname ontvang je van de patiëntenplanning van het Amalia kinderziekenhuis een bevestigingsmail met daarin de opnamedatum en de verwachte opnameduur.

### **Onder voorbehoud**

Opnamedata worden altijd onder voorbehoud verstrekt. Het kan namelijk voorkomen dat de geplande opname door onvoorziene omstandigheden niet kan doorgaan, bijvoorbeeld door een spoedopname. Afdeling Orthopedie neemt dan telefonisch contact op en de operatieplanner bekijkt samen met jou en je ouders welke andere opties er zijn om de operatie opnieuw in te plannen. Het kan ook voorkomen dat je opgenomen bent en dat blijkt dat door onvoorziene oorzaken de geplande operatie niet kan doorgaan. Je blijft dan bovenaan de lijst staan en de afdeling Orthopedie zoekt zo snel mogelijk een nieuwe datum.

### **Tijdstip**

Het tijdstip van opname krijgen jij en je ouders één werkdag voor de opname te horen. Voor het tijdstip van de opname kunnen je ouders bellen met de patiëntenplanning van het Amalia kinderziekenhuis (telefoonnummer: (024) 361 3646). De opnametijd is vanaf 7.00 uur. Houd er dus rekening mee dat je vroeg opgenomen kan worden. Als jullie ver van het ziekenhuis wonen, is er een mogelijkheid om te overnachten in [Logeerhuis De Boeg](#).

## **Dag van de opname**

---

Jij en je ouders melden je bij de aanmeldbalie op de tweede verdieping F2. Een verpleegkundige komt jullie halen voor het opnamegesprek. Tijdens dit gesprek informeren wij je over de verdere gang van zaken tijdens de opname. Tevens neemt de verpleegkundige met jou en je ouders door of de voorbereiding volgens afspraak verlopen is.

Tijdens de pre-operatieve screening spreek je met de anesthesioloog af of je een rustgevend middel (premedicatie) krijgt voordat je naar de operatiekamer gaat. Voor het inbrengen van een infuus kan van tevoren verdovende zalf of een Rapydan pleister worden aangebracht. Dit verdooft de huid, waardoor je minder voelt van het inbrengen van het infuus. De opnameduur varieert van een dag tot een week. In de meeste gevallen kan de arts jou voor de operatie al zeggen hoe de nabehandeling zal zijn. Soms is dit niet mogelijk en kan de arts dit pas ná de operatie aangeven.

### **Geneesmiddelen tijdens opname**

Soms wordt in het ziekenhuis niet precies hetzelfde geneesmiddel gegeven zoals je dat thuis gewend bent. Dat komt omdat in het Amalia kinderziekenhuis, net als in andere ziekenhuizen, een selectie is gemaakt van alle geneesmiddelen die in Nederland in de handel zijn. De geselecteerde geneesmiddelen zijn gekozen vanwege hun bewezen effectiviteit, veiligheid, doelmatigheid en gebruiksgemak. Het geneesmiddel dat jij ter vervanging krijgt, heeft echter dezelfde werking als het eigen medicijn. Als jij of je ouders tijdens de opname vragen hebben over jouw geneesmiddelen, dan kunnen jullie via de verpleging een bijsluiter vragen of contact laten opnemen met de apotheek.

## Vlak voor de operatie

Voor de operatie krijg je speciale operatiekleding aan: een operatiehemd of -jasje.

De verpleegkundige en/of de Medisch pedagogisch zorgverlener (MPZ) brengt jou naar het operatiecomplex. Eén van je ouders of verzorgers mag mee naar de operatieafdeling en blijft bij jou totdat je in slaap bent. In de sluis van de operatieafdeling neemt één van de medewerkers nogmaals de relevante gegevens door. Daarna word je op verschillende bewakingsapparaten aangesloten en krijg je een infuus. Nadat deze voorbereidingen zijn getroffen, voeren we de verdoving uit, of dienen we de narcosemiddelen toe.

## Nuchterbeleid

Tijdens de operatie moet je nuchter zijn. Volg daarom onderstaande regels:

Vanaf 24.00 uur 's nachts (in de nacht voor de operatie) mag je niets eten of drinken.

Uitzonderingen zijn onderstaande waterige dranken. Je mag deze tot twee uur vóór de opnametijd (wordt één werkdag voor opname doorgegeven) drinken:

- (Suiker)water
- Thee zonder melk (suiker mag wel)
- (Koolzuurhoudende) frisdrank
- Ranja
- Appelsap

Let op: bovenstaande geldt voor kinderen die we op dezelfde dag opnemen én opereren. Als je één dag vóór de operatie wordt opgenomen, dan zal de verpleging op de kinderafdeling het nuchterbeleid met jou en je ouders doornemen.

## Medicijnen op de ochtend van de opname (indien van toepassing)

Als je medicatie gebruikt kun je de medicijnen op de ochtend van de operatie innemen met een slokje water. Bepaalde medicijnen mag je deze ochtend niet innemen en je moet het gebruik van bepaalde medicijnen een aantal dagen voor de operatiedag staken. Hierover hebben wij jou en je ouders tijdens de pre-operatieve screening geïnformeerd.

## Thuis douchen

Je neemt thuis op de ochtend van de opname een douche. Daarbij mag je geen huidolie of bodylotion gebruiken. Ook mag je het operatiegebied niet scheren.

# Wat neem je mee

---

[Hier](#) vind je alle informatie over wat je mee mag nemen naar het Amalia kinderziekenhuis.

# Voor de operatie

---

Voorafgaand aan de operatie moeten er voorbereidingen worden getroffen.

## Foto's

De orthopedisch chirurg heeft samen met jou en je ouders besloten dat een operatie kan helpen. Om goed te kunnen zien wat het resultaat van de operatie is, maken we foto's van je rug. Dat zijn gewone foto's die we maken met een fotocamera. We maken die vóór de operatie en na de operatie. Zo zien we wat het verschil is.

## Opname

Je wordt of een dag vóór de operatie opgenomen, of op de ochtend van de operatie zelf, op de kinderafdeling. Een verpleegkundige vertelt je hoe alles werkt op de kinderafdeling.

## Tabletjes of drankje

Om ervoor te zorgen dat je voor de operatie niet te gespannen bent, krijg je van tevoren een paar tabletjes of een drankje (pre-medicatie), waar je een beetje slaperig van kan worden.

## Blaaskatheter

Nadat je onder narcose bent gebracht en voordat de operatie begint, krijg je een slangetje in je blaas (blaaskatheter). We kunnen dan meten hoeveel je plast tijdens de operatie. Deze blaaskatheter zit er na de operatie nog in.

# De operatie in het Amalia kinderziekenhuis in Nijmegen

---

De chirurg kan een scoliose-operatie op verschillende manieren uitvoeren.

## Via de achterzijde

Als alle voorbereidingen klaar zijn, begint de operatie. De chirurg maakt een snee op de rug. Tijdens de operatie maakt hij de bocht in jouw wervelkolom zo recht mogelijk. Belangrijk om te weten, is dat 'hoe rechter' niet altijd beter is. De wervelkolom wordt vastgezet met behulp van titanium staven en schroeven tot een stijf geheel. Het bot dat tijdens de operatie wordt verwijderd om de wervelkolom soepeler te maken, en dus om beter te kunnen corrigeren, wordt aan het einde van de operatie weer teruggeplaatst langs de wervelkolom zodat alles stevig vast groeit. Aan het eind van de operatie, legt de

chirurg een slangetje (wonddrain) in de wond. Dit slangetje voert het wondvocht af. Het wondvocht komt dan in een opvangpot. Dit slangetje zit er nog in wanneer je wakker wordt.

### **Via de voorzijde**

Als de operatie via de voorkant/zijkant wordt gedaan, komt de snede aan de zijkant, deels over een rib te lopen. Bij de toegang naar de wervelkolom kan de borstkas worden geopend waarbij een long deels samenvalt. Aan het einde van de operatie wordt de borstkas weer gesloten en krijgt de long weer zijn normale vorm terug. Hierbij wordt de long geholpen door een zuigslang (thoraxdrain) die aan het einde van de operatie wordt ingebracht. Over het algemeen kan de drain de tweede dag na de operatie worden verwijderd.

### **Complicaties**

Zelfs als een operatie helemaal goed is gegaan, kunnen er complicaties ontstaan:

- Er bestaat bijvoorbeeld een kans dat je een paar dagen na de operatie een ontsteking (infectie) krijgt. Deze ontsteking is meestal goed te behandelen met medicijnen.
- Verlamming en/of pijn. Om de bocht van de wervelkolom recht te zetten, opereren we vlakbij het ruggenmerg en de zenuwen. Het ruggenmerg en de zenuwen kunnen hierdoor geïrriteerd raken. We bewaken dit tijdens de operatie met behulp van speciale apparaten. Toch is er altijd een hele kleine kans dat het ruggenmerg en/of de zenuwen beschadigen. Hierdoor kunnen de armen of benen verlamd zijn en/of pijn doen. Dit komt gelukkig bijna niet voor.
- De mogelijkheid bestaat dat de gecorrigeerde bocht in de wervelkolom niet goed vastgroeit. Dat noemen we een pseudoartrose. Ook dit is zeldzaam. Om dit te voorkomen mag je de eerste maanden niet sporten.
- Dove plekken. Sommige jongeren hebben na de operatie dove plekken of prikkelingen op hun lichaam. Dit is dan meestal in het gebied rondom de wond. Als iemand over je huid strijkt, voel je dat dan niet. Deze plekken verdwijnen in de maanden na de operatie meestal weer. Heel soms houd je één of meerdere kleine dove plekjes over.

## **Na de operatie**

---

Na de operatie blijf je nog een aantal dagen in het Amalia kinderziekenhuis. Je verblijft op de Short Stay Unit (SSU). Stap voor stap bereiden wij je voor op het weer naar huis gaan.

### **Epidurale pijnbestrijding**

Aan het einde van de operatie wordt er een dun slangetje, een epiduraalkatheter, door de orthopedisch chirurg achtergelaten in de rug. Dit slangetje wordt aangesloten op een pompje dat je zelf kunt bedienen om verdovingsvloeistof toe te dienen rondom de zenuwen in je rug (tot drie dagen) na de operatie. Dit werkt heel erg goed tegen de pijn. Er zitten wel een paar nadelen aan:

- Je kunt minder goed voelen dat je moet plassen. Daarom krijg je een blaaskatheter.



- Soms is je romp een tijdje gevoelloos, waardoor je moeilijker kunt gaan verliggen in bed.

Je kunt in principe met de epiduraalkatheter wel uit bed gaan en lopen (mobiliseren). Als je uit bed wilt, vraag dan wel altijd om begeleiding van de verpleegkundige of een van je ouders. Na drie dagen wordt het slangetje verwijderd en krijg je andere pijnstillers voorgeschreven.

## **Op de uitslaapkamer**

Als je 's ochtends bent geopereerd, ga je na de operatie naar de uitslaapkamer (verkoeverkamer). Dat is een afdeling naast de operatieafdeling. We letten daar extra goed op je. Vaak ben je nog erg slaperig als je daar komt. In de loop van de middag ga je weer terug naar de kinderafdeling. Bij de verkoeverkamer is een familiekamer voor ouders. De arts geeft aan hoe lang de operatie gaat duren en vraagt je ouders/verzorgers om ongeveer een uur voor het einde van de operatie in deze kamer te zijn. Zodat zij direct naar je toe kunnen na de operatie.

## **Armen en benen bewegen**

Na de operatie lig je gewoon op je rug. En later op de dag mag je al even rechtop zitten (met hulp van de verpleging). Op de uitslaapkamer vragen we regelmatig of je het goed voelt als we je armen en benen aanraken. We willen ook weten of je je armen en benen alweer kunt bewegen.

## **Ademhalingsoefeningen**

Als je aan de voorzijde/zijkant bent geopereerd, kan het nodig zijn dat er een fysiotherapeut langskomt om ademhalingsoefeningen met je te doen. Je krijgt dan een oefenapparaatje om het inademen te stimuleren. De oefeningen zijn erg belangrijk. Zij voorkomen dat er een longontsteking ontstaat. Soms krijg je ook wat extra zuurstof toegediend door een klein slangetje in de neus. Iedere dag maken we een röntgenfoto van jouw longen om te kijken of de long weer mooi ontplooid is. Als dat zo is, haalt de dokter de zuigslang (thoraxdrain) eruit. Dat is meestal de tweede dag na de operatie.

## **Weer terug op de kinderafdeling**

De eerste dag na de operatie lig je op je rug met een kussen onder je benen. Je moet al even op de bedrand zitten en naast het bed staan of lopen met hulp van de verpleegkundige. Draaien mag alleen met hulp van de verpleegkundige. Je ouders leren hoe ze jou uit bed kunnen helpen. De verpleegkundige op de afdeling zorgt ervoor dat je voldoende medicijnen tegen de pijn krijgt. Kort na een operatie werken de darmen vaak minder goed. Je moet daarom in het begin rustig aan doen met drinken en eten. De verpleegkundige op de afdeling vertelt wat je mag drinken en (later) mag eten.

## **Uit bed**

Op de dag dat je bent geopereerd, mag je onder begeleiding van de verpleegkundige of fysiotherapeut op de rand van je bed zitten en, als het mogelijk is, al even naast je bed staan. De dagen erna ga je dit, onder begeleiding van de fysiotherapeut of verpleegkundige, opbouwen door in de stoel te zitten en te gaan lopen. Als dat goed gaat, mag je steeds meer zelf doen. De verpleegkundige of fysiotherapeut en de dokter vertellen je verder wat je wel en niet mag doen. Daarnaast zijn er nog bepaalde leefregels waar je

je aan moet houden.

## **De wond**

Vanaf de derde dag na de operatie mag je weer douchen. De wondpleister moet vijf dagen blijven zitten. De wond is gehecht met oplosbare hechtingen, die niet hoeven te worden verwijderd. Na veertien dagen mag de huisarts eventueel wel de uitstekende knoepjes aan beide kanten van de wond afknippen.

## **Controle röntgenfoto**

Vlak voor je naar huis gaat, maken we ter controle een röntgenfoto van je wervelkolom.

## **Ontslag**

Meestal blijf je vijf dagen in het ziekenhuis. Maar soms vindt de arts het beter als je nog wat langer blijft. Als dat zo is, bespreekt hij dat met jou en je ouders. Je krijgt geen gips of korset om je rug. Wel krijg je het advies om een bed in de woonkamer te plaatsen voor maximaal zes weken. Dit mag geen hoog-laagbed zijn.

# **Weer thuis**

---

Let er thuis goed op hoe het met je wond gaat. Houd deze goed in de gaten en neem contact op als je denkt dat er een complicatie is.

## **Als er complicaties zijn**

Ondanks alle zorg rondom de operatie, kunnen er thuis soms toch nog complicaties optreden, zoals:

- De wond gaat lekken.
- Het wondgebied wordt steeds dikker/roder/warmer.
- De wond gaat steeds meer pijn doen.
- Je hebt hoge koorts.

Als je één of meer van de bovenstaande klachten hebt, neem dan contact op met de Sint Maartenskliniek via (024) 365 9659.

Als de wond lekt of als je vermoedt dat de wond ontstoken is, mag je nooit beginnen met antibiotica zonder dat je beoordeeld bent bij ons in het Amalia kinderziekenhuis.

# **Leefregels na de operatie**

---

Na de operatie moet je je aan een aantal leefregels houden om de rug zo goed mogelijk te laten herstellen.

## **Naar school**

Na 3 tot 6 weken mag je weer naar school. Voor jou en voor je ouders is het belangrijk om goede voorbereidingen te treffen. Het duurt zes tot negen maanden voordat jouw ruggenwervels goed genezen zijn. Houd je in deze periode daarom aan de volgende adviezen.

*De eerste twee maanden na de operatie:*

- Wandel zo veel als je wilt.
- Probeer draaibewegingen van de romp (je bovenlichaam) te vermijden. Dat doe je meestal als je bijvoorbeeld iets wilt bespreken met een klasgenootje dat achter je zit. Het is beter om je heupen en schouders gelijktijdig te draaien.
- Maak geen bolle of holle rug, dus buk niet en maak geen bewegingen waarbij je je rug overstrekt. Daardoor wordt je rug extra belast.
- Lig niet op je buik; rugligging is het beste.
- Ga niet fietsen of bromfiets rijden (zeker niet achterop).
- Neem liever geen openbaar vervoer.
- Ga niet langdurig staan, slenteren en hardlopen.
- Zit niet onderuitgezakt, maar rechtop of met een (kussen)steun in de rug. Zit niet te lang achter elkaar; bouw dit langzaam op.
- Draag of til niets dat zwaarder is dan vijf kilogram.

*Als de onderrug niet is vastgezet, kan deze veel opvangen en mag je sneller dingen weer gaan doen:*

- Na 2 maanden mag je weer fietsen en rustig zwemmen.
- Na 4 maanden mag je weer rustig sporten, vooral je conditie opbouwen.
- Na 6 maanden mag je alles weer, inclusief contactsporten als voetbal en hockey.

*Als je onderrug (deels) is vastgezet, moet je iets voorzichtiger zijn:*

- Na 3 maanden mag je weer fietsen en rustig zwemmen.
- Na 6 maanden mag je weer rustig sporten, met name je conditie opbouwen.
- Na 9 maanden mag je alles weer, inclusief contactsporten als voetbal en hockey.

Voor meisjes geldt dat in de toekomst een zwangerschap en bevalling normaal mogelijk is.

## **Informatie over de afdeling**

---

In het Amalia kinderziekenhuis verblijf je op de Short Stay Unit (SSU), als je op maandag naar het ziekenhuis komt. Kom je op donderdag naar het ziekenhuis, dan ga je naar de Medium Care (F2a).

**Hier** lees je alles over hoe de afdeling eruit ziet, de verblijfsmogelijkheden voor je ouders of verzorgers, de bezoektijden en het postadres.

# Meer info

---

We kunnen ons voorstellen dat je nog vragen hebt, of meer info wilt over deze behandeling. Je mag altijd **contact** opnemen met de Sint MaartensKinderkliniek.

## Tips

- Heb je ergens last van? Heb je pijn? Vertel dit dan altijd. Dan kijken we wat we daaraan kunnen doen.
- Als je iets wilt weten of iets niet snapt, mag je het altijd vragen.
- Bij vlieggreizen en veiligheidscontroles moet je even uitkijken. Meestal gaat de veiligheidscontrole niet af als je materiaal in je rug hebt. Mocht dat wel gebeuren, dan is het handig om een röntgenfoto van jouw rug na de operatie op je telefoon te hebben, zodat je die kunt laten zien.

## Andere handige websites

- [De Vereniging Scoliose patiënten](#)
- [Ja dokter, nee dokter](#)
- [De Scoliosis Research Society](#)

## Heb je nog vragen?

Schrijf ze op en breng ze mee naar de pre-operatieve screening. Nadat je op het spreekuur geweest bent, mag je altijd **bellen** als je nog vragen hebt.