

Gekozen voor Orthoparc Kliniek

Vanwege protocol operatie in dagbehandeling

*) in principe erin en eruit op dezelfde dag van operatie met na de operatie 24/7 telefonisch bereikbaarheid voor nazorg- vragen en calamiteiten – ideaal en geen onnodige geldklopperij zorginstantie & zorgverzekering.

En ivm corona

*) wachtlijst voor uitsluitende orthopedische ingrepen, waardoor geen uitstel operatiedatum door coronadruk op de bedbezetting.

*) mijn gemoedsrust en die van mijn omgeving, doordat deze kliniek uitsluitend bedoeld is voor orthopedische ingrepen waardoor minder risico op besmetting door ronddwarrelend corona virus, naast het feit dat er door in dagbehandeling te behandelen ook minder kans is besmet te raken door andere kruisinfecties, zo ik het zie.

De kleinschaligheid, korte lijntjes, geen overdreven betutteling in gesprek en geschrift, maar vooral denk zelf ook na & luister naar je eigen lichaam. Je hebt bij de keuze voor een operatie bij Orthoparc zoals ik het ervaren heb een grote dosis van eigen verantwoordelijkheid in toeleven naar de operatie en toewerken naar herstel na de operatie en bij vragen wat dan ook, de mensen van de kliniek er altijd open voor staan en geduld met je hebben..

Dankzij mijn keuze voor een poligesprek in Orthoparc Lelystad liep dit uit op een operatie THP door dokter Zwiers met een achterwaartse benadering, drie weken na poli al, in Orthoparc Bosch en Duin. Met een flesje AA 200cc voor thuis - inname premedicatie en een raketje toe na genoeg te zijn bijgekomen na operatie. Geweldig! Voor mij een best relaxte ervaring vanaf het moment van me aanmelden daar, wat een entree. Dank jullie allen wel die tijdens mijn aanwezigheid dienst draaiden in Orthoparc Bosch en Duin, inclusief de wattenstaaf in mijn neus voor de verplichte coronasneltest, voor binnenkomst. Dhr. Nouri, heel fijn dat het u toch gelukt is mij spinaal verdoofd te krijgen, ondanks wat lumbaal afwijkend geheel. En ook heel fijn vind ik het dr. Zwiers dat u mijn verzoek een kortere pen dan standaard in het bot in te brengen, wilde gaan proberen en testen tijdens ok, en dat dit geslaagd is. En tot op heden geen spontane luxatie 😊. Op de verpleegafdeling van Orthoparc Bosch en Duin hing een prettige sfeer, rust, geen toeters en bellen, met fraai uitzicht binnentuin. Na terugkomst daar uit de ok, brood met beleg keus meer dan genoeg te krijg koffie thee water limonades en voor mij met totale heup prothese ook nog een overheerlijke warme hap in de vorm van een visprutje als lunch. Ik voelde me aardig verwend. Voor ontslag ben ik nog op de hometrainer geweest obv fysio Matthijs, na mijn vraag of ik er op mocht voor ik naar huis ging om te testen of ik dit thuis ook zou kunnen. Neus gericht op de binnentuin, magnifieke beleving, zo kort na ok dit al te kunnen.



Ik thuis op dag 0, 's avonds op de hometrainer fietsen in de laagste weerstand.

Zo iets bijzonders, het feit dat je dus inderdaad na operatie THP via achterwaartse benadering al direct kunt zitten op je billen, zonder hier echt last van te hebben qua pijn. En dat de wond niet opspringt door de druk omhoog, daar tegen aan van het zitten en fietsen.

Ook ervoer ik het als bijzonder dat ik op dag 1 al -rustig en bewust- mijn stappen tussen de krukken zettend een kop koffie kon gaan halen bij mijn moeder ongeveer 100 meter verderop bij ons vandaan.

Lastig vond ik de eerste dagen wel het geopereerde been in bed te zwiepen, been voelde bij ophoog willen tillen loodzwaar en er zat weinig beweging in uit zichzelf.

De pijn was voor mij de 1^{ste} 2 weken na ok overdag goed te dragen, door de pijnmedicatie in te nemen volgens schema. 's Nachts in de 1^{ste} week na de operatie had ik wel wat last in mijn lieszijde van geopereerde heup en liggen op mijn geopereerde heup deed pijn door de druk ervan op het matras en doe ik nu nog liever niet. Wentelen over de goede zijde ging moeizaam in het begin na de operatie, maar elke nacht een stukje beter en nu goed genoeg, wel met een kussen tussen m'n knieën nog steeds, omdat dit prettiger voelt voor m'n geopereerde heup. Nu zit ik op 1 paracetamol 1000/nacht met incidenteel 1 extra op de dag.

Heerlijk was en is mijn geadviseerde middagdut, goed als time out vanaf dag 1 en herstel bevorderend voor de heup. Die hou ik er voorlopig nog wel even in.

Mezelf verzorgen ging vrijwel direct ongeveer oke. En steeds soepeler, behalve m'n ene sok aandoen blijft vooralsnog wat goochelen, maar alah.

Het huishouden, de 1ste week deed ik niks daaraan, behalve mezelf bezighouden zo ongeveer. Dit kon ook omdat onze jongste zoon en zijn vriendin voor een weekje bij ons in huis kwamen en er wilden zijn tussen hun online lessen door voor klusjes allerlei en het eten maken, zodat mijn man zich kon blijven richten op zijn werk en onze honden. Vanaf de 2^{de} week na ok ben ik er gewoon weer, niet snel, maar wel gestaag, tussen mijn vanaf het begin na ok 3 tot 4 x daagse fietspartij door van een stief kwartiertje op de hometrainer en lopen op de loopband -vanaf week 2- en lopen buiten opbouwend naar een steeds iets langer stuk naast wat oefeningetjes.

Boodschappen doen besteed ik nog steeds uit. Evenals het aan de riem vasthouden van onze honden.

Nu bijna 3 weken na ok, me binnenshuis meestal verplaatsend met 1 kruk, buitenshuis met 2, krijg ik te horen dat ik rechterop sta en loop en ook soepeler loop, wat ik zelf ook merk. Ik heb geen vergelijkings "materiaal", maar ik denk dat ik niks te klagen heb. De wond is vanaf het begin af aan droog geweest. Mijn blauwe plekken waren na een ruime week na ok al weer opgelost, evenals wat vochtophoping richting de knie. Nu nog op de zijkant van mijn bovenbeen onder de wond een raar gevoel en direct onder de wond een dof gevoel, zou fijn zijn als dit ook nog oplost. Maar zoals ik me nu voel en het zoals het gaat met me kan ik al niet anders zeggen dan dat ik blij ben de stap voor opereren na 3.5jaar sudderen gemaakt te hebben en mijn keus heb laten vallen op Orthoparc Kliniek. Met jammer natuurlijk een beste Jaap op mn bil cadeau en als aandenken aan erbij...

Blik naar de toekomst; so far so good so happy – kijk vooral naar vandaag en wees blij.

Vriendelijke groet, Yvonne Willemsen

