

Informatie over ontslag uit het ziekenhuis

Tijdens het poliklinisch consult wordt u ingelicht over de operatie, eventuele beperkingen en de te verwachten duur van de opname. De operatie heeft mogelijk gevolgen voor uw zelfredzaamheid. Het is belangrijk om zo vroeg mogelijk na te denken over de hulp die u na uw ontslag uit het ziekenhuis nodig denkt te hebben en die geregeld moet zijn voordat u met ontslag gaat. In deze folder geven we u over verschillende opties uitleg.

Ontslagdatum

Aan de hand van de operatie wordt op de polikliniek een verwachte opnameduur met u besproken. Deze kan na de operatie veranderen door complicaties maar over het algemeen klopt deze opnameduur.

De zorg die u na ontslag nodig heeft, is van meerdere factoren afhankelijk, namelijk:

- Nabehandeling
- Wondzorg
- Fysiotherapie
- Revalidatie

Uw hoofdbehandelaar is eindverantwoordelijk over de afspraken voor dit natraject.

Het kan zijn dat u andere zorg nodig heeft dan voor de operatie of wellicht is de verwachting dat u op een andere plek gaat herstellen dan thuis. Dit wordt voor de operatie geïnventariseerd door een verpleegkundige.

Fysiotherapie

Vooraf trainen voor een beter herstel werkt. Wanneer u fitter de operatie in gaat zal het herstel na de operatie sneller gaan. Het is verstandig om ongeveer zes weken voor de operatie op zoek te gaan naar een fysiotherapeut bij u in de buurt. Zorg dat deze fysiotherapeut gespecialiseerd is in het behandelen van uw aandoening en/of operatie. De huisarts kan u helpen bij het vinden van de geschikte therapeut.

De fysiotherapeut zal aan de slag gaan met conditietraining, krachtoefeningen en starten met lopen met bijvoorbeeld krukken. Voor de behandelingen heeft u een verwijzing nodig, deze kunt u krijgen van uw behandelend arts.

Bureau Nazorg

Voor de periode na ontslag uit het ziekenhuis kunt u zelf al veel regelen. Bureau Nazorg in Amsterdam UMC kan aanvullende zorg regelen indien u niet (zelfstandig) naar huis kunt na de opname. In deze folder leest u wat we hierin voor u kunnen betekenen en wat u zelf kunt doen.

Wat kunt u zelf doen

Huishoudelijke hulp

Huishoudelijke hulp valt onder de wet maatschappelijke ondersteuning (WMO). Heeft u alleen huishoudelijke hulp nodig, dan kunt u dit regelen bij uw gemeente. Dit kunnen wij vanuit het ziekenhuis NIET voor u regelen. Tip; verwacht u dit nodig te hebben? Vraag dit vroegtijdig aan bij uw gemeente.

Hulpmiddelen

Op de afdeling Orthopedie, Sportgeneeskunde en Plastische Chirurgie heeft u over het algemeen hulpmiddelen nodig, denk aan krukken/looprek/rolstoel (met beenlade) en/of een hoog-laag bed. Zie ook de checklist in de folder [Wat moet ik regelen voor mijn operatie](#).

Deze hulpmiddelen kunt u regelen via de thuiszorgwinkel bij u in de buurt of online.

Zie: [Cruc.nl | Uw zorgwinkel in hulpmiddelen](#), [www.vegro.nl](#) of [www.medipoint.nl](#)

Vervoer

Indien u met ontslag gaat, is het belangrijk dat iemand u komt ophalen. Dit kan iemand binnen uw mantelzorg kring zijn maar ook een taxichauffeur. Bent u lid van een taxi service? Neem dan uw pasje mee naar het ziekenhuis. Of neem contact op met uw zorgverzekeraar om te informeren naar mogelijkheden rondom taxi en/of rolstoelvervoer.

Mantelzorg

Mantelzorg is alle hulp aan een hulpbehoevende door iemand uit diens directe sociale omgeving, zoals uw partner, kinderen, buren en/of vrienden. Mantelzorg is belangrijk voor het opvang moment thuis. Maar ook voor huishoudelijke taken zoals boodschappen doen en helpen met wassen en aankleden. Het is belangrijk dat u hier voor de opname al afspraken over hebt gemaakt.

Thuiszorg

U ontving al thuiszorg voor opname

Indien u voor opname al thuiszorg ontving, dan is het belangrijk dat u voor opname al aangeeft bij uw thuiszorgorganisatie dat u wordt opgenomen in het ziekenhuis en wanneer zij de zorg weer kunnen herpakken thuis. Indien uw thuiszorg akkoord is om de zorg te herstarten na uw opname, dan hoeven wij daar niets mee te doen in het ziekenhuis en wordt de zorg thuis hervat zodra u weer thuis bent.

U ontving geen thuiszorg voor opname

U kunt bij ons in het ziekenhuis een voorkeur van een thuiszorgorganisatie aangeven bij opname. Het is niet zeker dat u deze thuiszorgorganisatie krijgt, maar er wordt wel rekening mee gehouden. Wij houden u hiervan op de hoogte.

Thuiszorg kan hulp bieden bij persoonlijke verzorging, wondzorg en/of verpleegtechnische handelingen. Thuiszorg is er niet voor boodschappen en / of schoonmaken.

Indien u niet naar huis kunt

U kunt zelf contact opnemen met de verpleegafdeling Orthopedie, Sportgeneeskunde en Plastische Chirurgie wanneer u na opname niet naar huis kunt. Dit kan maandag tot en met vrijdag tussen 8:00 en 16:00 uur op 020 566 3056.

Geriatrische revalidatieplek (GRZ)

Indien ontslag naar huis niet haalbaar is, dan komt u wellicht in aanmerking voor een geriatrische revalidatieplek (GRZ). Hier zijn echter wel eisen aan verbonden en het is dus niet voor iedereen van toepassing. GRZ is alleen mogelijk indien u “revalideerbaar” bent en u daarna terug naar huis gaat. Anders komt u mogelijk in aanmerking voor een herstelplek (zie volgende kopje). U kunt een voorkeur opgeven voor een specifieke instelling. Indien er bij de instelling van uw voorkeur een wachtlijst is, dan kan het zijn dat u tijdelijk wordt opgenomen op de transferafdeling in het VUmc. Dit wordt uiteraard altijd in overleg gedaan.

Herstelplek

Indien u alleen verzorging nodig heeft en geen actieve revalidatie, dan komt u mogelijk in aanmerking voor eerstelijnsverblijf plek (ELV). Dit is zorg met minimale fysiotherapie en het is kortdurend (enkele weken). Hier wordt u wel verzorgd maar u krijgt geen actieve revalidatie.

Zorghotel

Indien blijkt dat u niet in aanmerking komt voor een GRZ en/of herstelplek dan kunt uw op eigen verzoek er voor kiezen om naar een zorghotel te gaan. Hier krijgt u verzorging en werkt u aan uw herstel. Belangrijk om te weten is dat een zorghotel voor uw eigen rekening is. De hoogte hiervan kan verschillen per zorghotel. U kunt bij uw verzekering navragen of u een vergoeding krijgt voor een zorghotel.

Links

[Wat moet ik regelen voor mijn operatie?](#)

[Huishoudelijk hulp](#)

[Bureau Nazorg, zorg na ontslag uit het ziekenhuis](#)

[Bureau Nazorg](#)

[Cruc.nl | Uw zorgwinkel in hulpmiddelen](#)

www.vegro.nl

www.medipoint.nl