

Muziek als medicijn voor en na de operatie

Wordt u binnenkort geopereerd? Neem uw favoriete muziek en mobiele telefoon mee naar het ziekenhuis. Mensen die voor en na een operatie naar muziek luisteren, ervaren minder angst, stress en pijn. Luisteren naar uw eigen favoriete muziek lijkt het beste te helpen en is een prettige ervaring!

Effect van muziek

De kans op pijn, stress, angst, slapeloosheid en verwardheid (delier) is met muziek kleiner. Dit blijkt uit onderzoek van het Erasmus MC.

Angst, stress en pijn

Mensen die voor en na een operatie naar hun eigen muziek luisteren, ervaren minder angst, stress en pijn. Zij hebben bovendien minder (verslavende) pijnstillers nodig.

Slaap

Genoeg slaap is belangrijk voor een goede gezondheid en een voorspoedig herstel. Muziek blijkt ook een positief effect te hebben op slaap.

Delier

Een delier is een acute verwardheid die kan optreden na een operatie. Nog een reden om muziek te luisteren tijdens de periode van opname en herstel.

Uw eigen muziek mee naar de operatie

U mag in het JBZ naar uw eigen muziek luisteren op de verpleegafdeling, als u naar de operatiekamer gaat en na afloop op de uitslaapkamer. Hiervoor heeft u nodig:

1. Een mobiele telefoon of andere muzikspeler, bijv. een tablet.

- Download uw playlist op uw mobiele telefoon (of andere muzikspeler). Uw telefoon moet tijdens de operatie op vliegtuigmodus. Dit betekent dat uw muziek offline beschikbaar moet zijn. Dit kan bijvoorbeeld via Spotify.
- Zorg dat de telefoon/muzikspeler een volle accu heeft.

2. Een koptelefoon of oortjes. Dit is verplicht, om anderen niet tot last te zijn.

- U kunt eventueel een koptelefoon gebruiken van de verpleegafdeling (met draad).

Maak uw telefoon/muzikspeler en de koptelefoon/oortjes goed schoon (met een microvezeldoek met water). Zo voorkomt u mogelijke infecties.

Momenten zonder muziek

Uw mobiel/geluidspeler en koptelefoon/oortjes gaan mee naar de voorbereidingsruimte, de operatiekamer en de uitslaapkamer.

Op bepaalde momenten zullen we u vragen uw koptelefoon/oortjes even af te doen. Dit is bijvoorbeeld het geval bij het toedienen van de anesthesie; dan moeten wij met u kunnen communiceren.

Geen foto's/opnames maken

U mag zonder toestemming geen foto's maken, filmen of geluidsopnames maken.

Verlies of schade

Wij passen goed op uw spullen. Het ziekenhuis is niet aansprakelijk voor verlies of schade. U neemt uw mobiele telefoon/muziekspeler op eigen risico mee.

We horen graag uw ervaring!

Wij zijn erg benieuwd naar uw ervaring met het luisteren van muziek gedurende de operatie en opname. Daarom vragen we u voordat u naar huis gaat om een enquête in te vullen. Het invullen kost ongeveer 5 minuten. Aan de hand van uw ervaring kunnen we muziek als medicijn verder verbeteren.

Code CHI-310