

**ZOL GENK**

Campus Sint-Jan  
Campus Sint-Barbara  
Medisch Centrum André Dumont  
**ZOL MAAS EN KEMPEN**



# KNO-ingrepen

Ziekenhuis Oost-Limburg

**ZOL GENK**

Campus Sint-Jan  
Synaps Park 1  
B 3600 Genk

**Campus Sint-Barbara**

Bessemmerstraat 478  
B 3620 Lanaken

**Medisch Centrum André Dumont**

Stalenstraat 2a  
B 3600 Genk

**ZOL MAAS EN KEMPEN**

Diestersteenweg 425  
B 3680 Maaseik

ZOL GENK  
tel. +32(0)89 80 80 80  
ZOL MAAS EN KEMPEN  
tel. +32(0)89 50 50 50  
info@zol.be

Beste patiënt,

U zal in de komende weken een ingreep ondergaan. Elke ziekenhuisopname, ook een dagklinische, is een ingrijpende gebeurtenis.

Om ervoor te zorgen dat u goed voorbereid naar het ziekenhuis komt, hebben wij voor u deze brochure samengesteld. U vindt hier de nodige informatie omtrent uw opname en ingreep. Mogen wij u vragen om deze informatie grondig te lezen en in het kader van uw eigen gezondheid en veiligheid de gevraagde regels op te volgen.

Wij wensen u een aangenaam verblijf en een spoedig herstel.

Dr. Frans Indesteege  
Dr. Carmen Dierickx  
Dr. Jan Indesteege  
Dr. Griet Laureyns  
Dr. Nele Lemkens  
Dr. Winde Lemmens  
Dr. Kristof Menten  
Dr. Maarten Rosseel  
Prof. Dr. Vincent Vander Poorten

Inhoudsverantwoordelijke: dr. F. Indesteege  
(KNO-specialist) | Februari 2023

## INHOUDSTAFEL

|                                                     |           |
|-----------------------------------------------------|-----------|
| <b>1. Voorbereiding</b>                             | <b>3</b>  |
| 1.1 Wat dient u mee te brengen naar het ziekenhuis? |           |
| <b>2. Verloop</b>                                   | <b>5</b>  |
| 2.1 Voor de ingreep                                 |           |
| 2.2 Na de ingreep                                   |           |
| <b>3. Ontslag</b>                                   | <b>7</b>  |
| <b>4. Nazorg bij keeloperaties</b>                  | <b>8</b>  |
| Trekken van amandelen                               |           |
| <b>5. Nazorg bij neusoperaties</b>                  | <b>10</b> |
| Neus en sinusoperaties                              |           |
| <b>6. Nazorg bij ooroperaties</b>                   | <b>11</b> |
| Plaatsen trommelvliesbuisjes en/of trekken poliep   |           |
| Middenoorchirurgie                                  |           |
| Otoplastie                                          |           |
| <b>7. Nazorg bij stembandoperaties</b>              | <b>15</b> |
| Directe laryngoscopie                               |           |
| <b>8. Nazorg bij halschirurgie</b>                  | <b>16</b> |
| Speekselklier - lymfeklier (Bij)Schildklier         |           |
| Branchiogene of thyreoglossus cyste/fistel          |           |
| Divertikel van Zenker                               |           |
| <b>9. Contact</b>                                   | <b>17</b> |

# 01 VOORBEREIDING

## 1.1 Wat dient u mee te brengen naar het ziekenhuis?

### Voor de inschrijving

- Identiteitskaart.
- Verzekeringspasje (medicard) of formulieren van de hospitalisatieverzekering indien u deze heeft.
- Indien uw dagopname een gevolg is van een arbeidsongeval, schoolongeval, ... dient u ook de correcte verzekeringsgegevens door te geven.

### Voor buitenlandse patiënten

- Identiteitskaart of paspoort.
- CZ patiënten: CZ verzekeringspasje + verwijskaart/jaarkaart aan te vragen bij uw huisarts.
- Andere zorgverzekeringen: E112 formulier (aan te vragen bij uw zorgverzekering).

### Voor het dagziekenhuis

- Opnameformulier.
- Deze brochure.
- Allergiekaart, bloedgroepkaart indien u deze bezit.
- Resultaten van eventuele onderzoeken zoals: elektrocardiogram (ECG), bloedresultaten, RX- opnamen, .... indien ze door de huisarts zijn afgenomen, gelieve de resultaten daar op te vragen en mee te brengen naar het dagziekenhuis.
- Thuismedicatie in de originele verpakking, zodat wij duidelijk de juiste naam en de juiste dosis van de medicatie weten.
- Documenten/formulieren die door de arts ingevuld dienen te worden.
- Een telefoonnummer van u en iemand die de hele dag bereikbaar is (contactpersoon).
- Minderjarige (tot 18 jaar) moeten steeds begeleid worden door een volwassene, en deze dient in het ziekenhuis aanwezig te blijven.
- Bij lange haren een elastiekje zonder metalen tussenstuk om de haren samen te binden.

## **NIET VERGETEN!**

- Make-up, nagellak en piercings worden best thuis reeds verwijderd. Dit is noodzakelijk voor elke ingreep.
- Zorg voor een goede lichaamshygiëne.
- Juwelen, geld en waardevolle voorwerpen laat u best thuis.
- Een boek, tijdschrift of een handwerk kunnen voor de nodige ontspanning zorgen.
- Nachtkledij is niet nodig. Deze wordt voorzien in het ziekenhuis.

**Belangrijk: U moet vóór de operatie nuchter zijn om braken en longproblemen tijdens en na de operatie te voorkomen. Dit betekent dat u minstens 7uur vóór de operatie niet meer mag eten. Heldere, niet-bruisende dranken (water, Aquarius, thee ZONDER melk) mogen nog gedronken worden tot 4 uur vóór de operatie. Vanaf dan mag u niet meer drinken. Afhankelijk van uw medische voorgeschiedenis kan het zijn dat de anesthesist een ander advies zal geven. Dit advies dient u dan te volgen.**

# 02 VERLOOP

## 2.1 Voor de ingreep

### Onthaal

- Wij verwachten u in het ziekenhuis op de afgesproken operatiedag.
- Het tijdstip waarop we u verwachten:
  - Zoals afgesproken met uw arts, genoteerd op uw opnameformulier.

OF

- U dient de dag ervoor contact op te nemen met het ziekenhuis, tussen 13u en 15u op het nummer 089/ 32 50 50.

OF

- U wordt de dag ervoor opgebeld door het ziekenhuis op een afgesproken tijdstip.
- U mag zich melden aan het onthaal voor de inschrijving
- Hierna begeeft u zich naar de wachtruimte van het Dagziekenhuis Heelkunde / Chirurgie.

### Dagziekenhuis

- U mag zich aanmelden en plaatsnemen in de wachtruimte.
- In functie van het tijdstip van de ingreep zal een verpleegkundige u komen halen. Het is dus mogelijk dat u hier een tijdje moet wachten.
- Wees niet verwonderd wanneer verschillende malen wordt gecontroleerd op uw identiteit en soort ingreep. Dit gebeurt uit veiligheidsoverwegingen.
- Vanuit de wachtruimte wordt u naar de voorbereidingsruimte gebracht.
  - U mag vergezeld worden door één begeleider.
  - Hier wordt u geïnformeerd en voorbereid voor de ingreep (aandoen operatiehemd, ontharen operatiestreek, nemen van bloeddruk en pols, prikken infuus, plaatsen van monitoring-electroden, ...)
  - In deze ruimte zal u wachten tot de ingreep plaatsvindt. Zo lang mag uw begeleider bij u blijven.

## Operatiekwartier

- Het tijdstip van de ingreep is afhankelijk van het operatieschema. Dit kan door omstandigheden altijd aangepast worden. Een wachttijd is dus altijd mogelijk. Omdat iedereen nuchter moet zijn, hebben kinderen steeds voorrang en worden zij per definitie bij de aanvang van de operatiedag geholpen.
- Wanneer u aan de beurt bent, wordt u met uw bed naar het operatiekwartier gebracht. Uw begeleider verlaat nu de voorbereidingsruimte.
- In het operatiekwartier wordt de afgesproken verdoving toegediend. Tijdens een algemene verdoving worden bewustzijn en pijn uitgeschakeld. U bent dus volledig in slaap.

## 2.2 Na de ingreep

### Ontwaakkamer

- Na de eigenlijke ingreep gaat u naar de ontwaakkamer waar u indien nodig en in afspraak met de anesthesist medicatie krijgt tegen de pijn.
- Wanneer u goed wakker en pijnvrij bent, wordt u naar uw kamer gebracht. Hier mag uw begeleider u weer vergezellen.
- Het infuus blijft aanwezig.
- Veel mensen hebben dorst na een operatie. Na de meeste operaties zal u snel na de ingreep weer mogen drinken en starten met lichte voeding. Na een aantal operaties is het noodzakelijk om langer nuchter te blijven. Als u wat mag drinken, doe het voorzichtig aan. Mag u niet drinken, dan kan de verpleegkundige uw lippen nat maken om het u zo comfortabel mogelijk te maken.
- Afhankelijk van de ingreep bent u 1.5 uur of langer weg (ontwaken meegeteld).
- Bij kinderen tot max. 14 jaar mag één ouder het kind begeleiden tot in het operatiekwartier. Deze begeleider zal ook het kind terug mogen vervoegen in de ontwaakruimte en het kind terug begeleiden naar de verpleegafdeling. Uitzonderlijk kan dit door omstandigheden geweigerd worden.

## **Dagziekenhuis**

- De verpleegkundige doet de verdere opvolging van de wonde en de verzorging hiervan. De pijn wordt verder opgevolgd en de nodige medicatie wordt nog toegediend.
- Veel mensen hebben dorst na een operatie. Na de meeste operaties zal u snel na de ingreep weer mogen drinken en starten met lichte voeding. Na een aantal operaties is het noodzakelijk om langer nuchter te blijven. Als u wat mag drinken, doe het voorzichtig aan. Mag u niet drinken, dan kan de verpleegkundige uw lippen nat maken om het u zo comfortabel mogelijk te maken.
- De arts komt langs en informeert u hoe de ingreep verlopen is en maakt afspraken over de verdere zorg.

## 03 ONTSLAG

- Het ontslag gebeurt na toestemming van de arts in functie van uw ziektebeeld en narcose, nadat u gedronken en geplast heeft. Hou er rekening mee dat een dagopname een hele dag kan duren.
- Indien uw arts beslist dat er verdere zorgen nodig zijn, kan een aansluitende opname in het ziekenhuis noodzakelijk zijn.
- Gebruik de avond na de ingreep enkel een lichte maaltijd.

### **Belangrijk bij ontslag**

- U krijgt een voorschrift voor medicatie indien nodig alsook een brief voor de huisarts.
- Bij het verlaten van het ziekenhuis maakt u aan het onthaal best al een afspraak om op controle te komen bij de arts. De termijn wanneer u op controle komt, wordt u meegedeeld bij ontslag.

### **Bij het verlaten van het ziekenhuis**

- Laat u vergezellen door een volwassen persoon.
- Drink geen alcohol.
- Rij niet met de auto, fiets, ... gedurende 24uur.
- Neem geen belangrijke beslissingen, teken geen documenten de eerstvolgende 24 uur.
- Zorg dat er altijd iemand bij u aanwezig is gedurende de eerste nacht.

**Bij dringende post-operatieve problemen is de KNO-arts van wacht bereikbaar via de spoedgevallendienst op het nummer:**

- **089 32 51 80 (Genk)**
- **089 50 60 00 (Maaseik)**

# 04 KEELOPERATIES

## Trekken van amandelen

- Normale verschijnselen:
  - Keelpijn en uitstralende oorpijn; vooral bij slikken. Dit meeste pijn is te verwachten rond dag 4-5.
  - Witte vlekken in de keel.
  - Eventueel lichte koorts (  $< 38^{\circ}\text{C}$  ).
  - Een weinig braken van bruin-zwart vocht of zwarte stoelgang.
  - Eventueel een lichte stemverandering of smaakverandering.
- Medicatie bij pijn:
  - Paracetamol: bv.: Perdolan Mono, Dafalgan.
  - NSAID: bv.: Diclofenac, Ibuprofen, Nurofen.
  - Aspirine en derivaten zijn verboden!
- Een goede mondhygiëne is zeer belangrijk: tanden mogen geïmagineerd worden.
- Voeding:
  - Veelvuldig slikken/drinken doet de wonde het snelst genezen.
  - Toegestaan: koud, lauw, zacht voedsel, water en sportdrank.
  - Best te vermijden: zure (vb. appelsiensap) of sprankelende dranken, zuur en pikant voedsel.
- Controle raadpleging: twee weken na de operatie.
- Werk- en schoolhervatting: één tot twee weken na de operatie.
- U dient de arts te contacteren in geval van:
  - Koortsopstoten  $> 38^{\circ}\text{C}$ .
  - Aanhoudende pijnklachten ondanks pijnstillers.
  - Bij aanhoudend helder rood bloedverlies of bloedbraken: onmiddellijk spoedgevallen contacteren.
  - Indien patiënt na 24 uur niet eet of drinkt.

### Neus of sinusoperaties

- Septumcorrectie (correctie inwendig gedeelte)
- Neusplastie (in- en uitwendige correctie)
- Reductie van neusfractuur
- Schelpplastie (conchaplastie)
- Sinusoperatie (FESS)
- Normale verschijnselen:
  - Over het algemeen is er weinig pijn. Drukpijn rond de neus of bij het aanraken is normaal, alsook een dof gevoel ter hoogte van de tanden in de bovenkaak.
  - Korstvorming in de neus. U krijgt een neuskannetje of spray om de neus meermaals per dag met zoutwater te spoelen en eventueel ook een zalf om vooraan in de neus aan te brengen. (Terra-Cortril suspensie 2x/d gedurende 1 week).
  - Uw neus zal de eerste dagen/weken minder goed doorgankelijk zijn ten gevolge van korsten en zwelling van het neusslijmvlies. Uw arts voorziet een voorschrift met cortisone (Medrol). Zo het spoelen niet lukt kan eventueel ook een ontzwellende druppel of spray gebruikt worden (maximaal 7 dagen).
  - Afloop van bloederig slijm. Hiervoor kan u eventueel kompressen onder de neus kleven.
  - Afhankelijk van de aard van de ingreep kunnen er soms wieken/ tampons/ silicone plaatjes in de neus geplaatst worden. Deze worden op de eerste controle verwijderd. Licht blazend snuiten is meestal na deze controle toegestaan na akkoord van de arts (blazen door één neusgat, niet de twee neusgaten tegelijkertijd blokkeren).
- Medicatie bij koorts of pijn:
  - Paracetamol: bv.: Perdolan Mono, Dafalgan.
  - NSAID: bv.: Diclofenac, Ibuprofen, Nurofen.
  - Aspirine en derivaten zijn verboden!

- Medicatie door uw arts voorgeschreven:
  - Antibiotica: nemen indien voorgeschreven.
  - Cortisone: nemen zoals voorgeschreven.
- Controle raadpleging: meestal binnen één week na de operatie.
- Werk- en schoolhervatting: één tot twee weken na de operatie.

### **Algemene raadgevingen**

- Om bloeding te voorkomen: Vermijden van Valsalva-maneuver (geen druk zetten, niet persen, geen zware last tillen), niezen met de mond open.
- Geen ernstige inspanningen uitvoeren.
- Plotse hoogteverschillen vermijden zoals vlieguren!

### **Extra aandachtspunten bij neusplastie en reductie neusfractuur**

- Het gipsverband mag niet nat worden, hierdoor lost het verband. De gips zal na één week verwijderd worden op de raadpleging. Licht snuiten is toegelaten wanneer het verband verwijderd is.
- Beperkte zwelling en blauwverkleuring rond de ogen is normaal.
- U dient de arts te contacteren in geval van:
  - Extreme zwelling en roodheid van de neus of ogen.
  - Koorts > 38 °C.
  - Pijnklachten die niet voorbijgaan met een klassieke pijnstiller.
  - Blijvend bloedverlies uit de neus.

# 06 NAZORG BIJ OOROPERATIES

## Plaatsen trommelvliesbuisjes en/of trekken neuspoliep

- Normale verschijnselen:
  - De ingreep wordt goed verdragen. Deze ingreep is niet pijnlijk. Pijnstilling is meestal niet nodig.
  - Een weinig oorloop kan normaal zijn de eerste dagen.
- Medicatie bij pijn:
  - Paracetamol: bv.: Perdolan Mono, Dafalgan.
  - NSAID: bv.: Diclofenac, Ibuprofen, Nurofen.
  - Aspirine en derivaten zijn verboden!
- Voeding:
  - Voldoende drinken. Gewoon water is goed.
  - De eerste dag licht verteerbare voeding. Zure en pikante zaken mijden.
- Controle raadpleging: twee weken na de operatie.
- Werk- en schoolhervatting: als er geen koorts is en eten en drinken vlot mogelijk is: gewoonlijk de dag na de ingreep.
- Bijzondere instructies:
  - Onder toezicht blijven de eerste dag en nacht.
  - De oren dienen 1 week droog gehouden te worden.
  - Zwemmen mag. Bij duiken of onder water zwemmen liefst oordopjes en/of badmuts dragen.  
In schoolverband enkel met strikte toepassing van deze regels.
  - Bij bloed uit de gehoorgang of oorloop mag er gestart worden met Ciloxan oordruppels 2x/dag 3 druppels in het oor gedurende 5 dagen (via de huisarts).

- U dient een arts te contacteren in geval van:
  - Aanhoudend braken.
  - Aanhoudende oorloop, langer dan 5 dagen.

## **Middenoorchirurgie: bv. Trommelveesperforatie**

- Normale verschijnselen:
  - De eerste dagen kan u een drukgevoel en pijscheuten ervaren.
  - Zolang er een verband in de gehoorgang zit, zal het gehoor niet normaliseren.
  - Een weinig oorloop is normaal.
- Medicatie bij koorts of pijn:
  - Paracetamol: bv.: Perdolan Mono, Dafalgan.
  - NSAID: bv.: Diclofenac, Ibuprofen, Nurofen.
  - Aspirine en derivaten zijn verboden!
- Medicatie:
  - Terra-Cortril oorsuspensie 2x3 druppels/ dag in het oor, ook als er nog een verband in de gehoorgang zit.
  - Levocetirizine 5mg 1x/d bij niezen in te nemen.
- Controle raadpleging: één week na de operatie.
- Werk- en schoolhervatting: één tot twee weken na de operatie.

- Bijzondere instructies:
  - Geen druk zetten: om een goed resultaat te bekomen, is het belangrijk dat de gehoorbeentjes en het trommelvlies exact op de plaatse blijven zitten zoals ze tijdens de operatie geplaatst zijn. Daarom is het belangrijk de middenoordruk niet te verhogen.
  - Vermijden van Valsalva-maneuver (geen druk zetten, niet persen, geen zware last tillen), niezen met de mond open.
  - Geen ernstige inspanningen uitvoeren.
  - Plotse hoogteverschillen vermijden zoals vlieg reizen!
  - Er mag geen water in het oor komen. Haren wassen mag als er geen water in de gehoorgang komt. U kan de gehoorgang afschermen met een watje gedrenkt in vaseline dat in de oorschelp geplaatst wordt. Evenmin mag er met oorstokjes of iets anders in de gehoorgang gegaan worden. De dokter zal u zeggen wanneer deze maatregelen overbodig worden. Het litteken achter het oor mag eventueel gereinigd worden.
  - Vermijden van neus- keel- en longinfectie: deze infecties kunnen uitbreiden naar het middenoor en moeten snel en adequaat behandeld worden.
  - Vermijden van luid lawaai.
- U dient een arts te contacteren in geval van:
  - Aanhoudende pijn ondanks pijnstillers.
  - Koorts > 38 °C.
  - Aanhoudend braken en/of duizeligheid.

## Otoplastie

- Normale verschijnselen:
  - De eerste dagen kan u een drukgevoel en pijscheuten ervaren.
- Medicatie bij koorts of pijn:
  - Paracetamol: bv.: Perdolan Mono, Dafalgan.
  - NSAID: bv.: Diclofenac, Ibuprofen, Nurofen.
  - Aspirine en derivaten zijn verboden!
- Medicatie door uw arts voorgeschreven:
  - Antibiotica: nemen indien voorgeschreven.
- Controle raadpleging: 1 week na de operatie.
- Werk- en schoolhervatting: 1 tot 2 weken na de operatie.
- Verband:
  - Er wordt tijdens de ingreep een verband aangelegd dat bestaat uit een vetverband achter en op de oorschelp, een absorberend verband en een windel/drukverband. De arts zal u verder advies geven over de nazorgen.
  - Na verwijderen van het verband dient 's nachts en thuis een hoofd-band gedragen te worden.
- U dient een arts te contacteren in geval van:
  - Aanhoudende pijn ondanks wisselen van het verband en pijnstilling.
  - Koorts > 38 °C.
  - Aanhoudend bloedverlies.

# 07 NAZORG BIJ STEM BANDOPERATIES

## Directe laryngoscopie

- Normale verschijnselen:
  - Heesheid.
  - Pijn of gevoelloosheid ter hoogte van de tong.
  - Lichte hoofd of nekpijn.
- Medicatie bij koorts of pijn:
  - Paracetamol: bv.: Perdolan Mono, Dafalgan.
  - NSAID: bv.: Diclofenac, Ibuprofen, Nurofen.
  - Aspirine en derivaten zijn verboden!
- Controle raadpleging: één tot vier weken na de operatie.
- Werk- en schoolhervatting: afhankelijk van de stembelasting van het beroep.
- Algemene raadgeving:
  - Na de ingreep dient u soms te zwijgen, de arts zal u hierover adviseren. Nadien de stem rustig gebruiken: niet roepen en niet fluisteren.
  - Voeding: De eerste dag licht verteerbaar nadien normaal.
- U dient een arts te contacteren in geval van:
  - Aanhoudende pijn ondanks pijnstillers.
  - Koorts > 38 °C.
  - Ademnood.

# 08 NAZORG BIJ HALSCHIRURGIE

- Speekselklier - lymfeklier
- (Bij)Schildklier
- Branchiogene of thyreoglossus cyste/fistel
- Divertikel van Zenker
- Normale verschijnselen:
  - Lichte pijn
  - In geval van sliklast wordt aangeraden voldoende te drinken en koude, zachte voeding te eten.
- Medicatie bij koorts of pijn:
  - Paracetamol: bv.: Perdolan Mono, Dafalgan.
  - NSAID: bv.: Diclofenac, Ibuprofen, Nurofen.
  - Aspirine en derivaten zijn verboden!
- Medicatie door uw arts voorgeschreven:
  - Antibiotica: nemen indien voorgeschreven.
- Controle raadpleging: één week na de operatie.
- Werk- en schoolhervatting: drie dagen tot drie weken na de operatie, afhankelijk van de operatie.
- Algemene raadgeving:
  - Geen zware lasten tillen.
  - De wonde droog en proper houden.
  - Verbandwissel op advies arts.
- U dient een arts te contacteren in geval van:
  - Aanhoudende pijn ondanks pijnstillers.
  - Koorts > 38 °C.
  - Ademnood.

## 09 CONTACT

Indien u na het lezen van deze brochure nog vragen heeft, kan u steeds contact opnemen met het ziekenhuis van maandag tot en met vrijdag.

- Campus Sint-Jan  
Schiepsebos 6, 3600 Genk. Tel. 089 32 50 50
- Campus Sint-Barbara  
Bessemersstraat 478, 3620 Lanaken. Tel. 089 32 50 50
- Campus Maas en Kempen  
Diestersteenweg 425, 3680 Maaseik. Tel. 089 50 50 50

**Bij dringende post-operatieve problemen is de KNO-arts van wacht bereikbaar via de spoedgevallendienst op het nummer:**

- **089 32 51 80 (Genk)**
- **089 50 60 00 (Maaseik)**

Alle medewerkers wensen u een aangenaam verblijf en een spoedig herstel toe.

### Dienst KNO

- Dr. Frans Indesteege
- Dr. Carmen Dierickx
- Dr. Jan Indesteege
- Dr. Griet Laureyns
- Dr. Nele Lemkens
- Dr. Winde Lemmens
- Dr. Kristof Menten
- Dr. Maarten Rosseel
- Prof. Dr. Vincent Vander Poorten

# NOTITIES

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.



[www.ZOL.be](http://www.ZOL.be)



[www.twitter.com/ZOLziekenhuis](https://www.twitter.com/ZOLziekenhuis)



[www.facebook.com/ZOLzh](https://www.facebook.com/ZOLzh)



[www.youtube.com/user/ZOLziekenhuis](https://www.youtube.com/user/ZOLziekenhuis)

Schrijf u in op onze nieuwsbrief via [www.zol.be](http://www.zol.be)

Raadpleeg online uw medisch dossier via [www.mijnzol.be](http://www.mijnzol.be)