

U bent opgenomen geweest op onze verpleegafdeling. U gaat nu met ontslag. Wij adviseren u om in de periode die nu volgt, tot aan uw eerste afspraak op de polikliniek, bij klachten of onzekerheden contact op te nemen met de polikliniek of met de verpleging van de afdeling Gynaecologie, 3 Zuid.

Wij adviseren u direct contact met ons op te nemen bij:

- aanhoudend, toenemend of helderrood bloedverlies
- aanhoudende of toenemende pijn
- temperatuursverhoging boven de 38,5 °C
- niet kunnen plassen

Tijdens uw opname is bij u via een kleine ingreep een bandje onder de plasbuis (TVT, TOT) geplaatst. Hieronder leest u een aantal adviezen voor de eerste periode na het ontslag tot aan de eerste polikliniekafspraak.

De ingreep

Via de vagina legt de gynaecoloog een bandje onder uw plasbuis. Dit bandje ondersteunt de plasbuis en verstevigt het afsluitmechanisme van de blaas. De gynaecoloog maakt de TVT/TOT nergens aan vast. Dit is niet nodig omdat het bandje niet kan verschuiven door het stroeve materiaal. Het bandje vergroeit heel snel met het weefsel eromheen. Als het bandje goed ligt, sluit de gynaecoloog de wondjes met oplosbare hechtingen. Deze hechtingen hoeven niet verwijderd te worden.

Pijn

U kunt na ontslag nog pijnklachten hebben. Vooral bij de hechtingen, de liezen en de bovenbenen. Deze hechtingen lossen vanzelf op. Eventueel mag u maximaal 4 x per dag 1000 mg Paracetamol gebruiken. Als de pijn blijft of toeneemt, adviseren wij u contact op te nemen met de polikliniek of afdeling.

Bloedverlies

U kunt de eerste dagen nog wat bloedverlies of bruinige afscheiding hebben. Als dit meer is dan bij ontslag het geval was of als het helderrood is, neemt u dan contact op met de afdeling. Wij adviseren u géén tampons te gebruiken. Dit om ontstekingen te voorkomen.

Werkzaamheden

Na het plaatsen van een TOT/TVT is het beter om de eerste 4 weken geen zwaar huishoudelijk werk te doen zoals ramen zemen, dweilen of stofzuigen. Ook het dragen van zware boodschappen is onverstandig. Lichtere werkzaamheden zoals koken of afwassen kunt u geleidelijk weer gaan doen. Na enkele weken kunt u ook weer activiteiten als autorijden en fietsen ondernemen. Sporten waarbij u veel moet springen op een harde onderlaag of waarbij de druk in de buik sterk verhoogd wordt, raden wij de eerste 6 weken af. Het is belangrijk goed naar uw eigen lichaam te luisteren. U voelt zelf het beste wat u wel en niet kunt.

Plassen

Het is belangrijk regelmatig te plassen; ten minste vijf keer per dag. De eerste weken treedt soms nog ongewild urineverlies op. Ook kunt u tijdelijk meer aandrang voelen. Sommige vrouwen hebben het gevoel 'over een weerstand' te plassen. Dat gevoel verdwijnt later vanzelf. Bij sommige vrouwen kan het, na het plaatsen van een TOT/TVT, moeilijk zijn de blaas geheel te legen. Voordat u ontslagen bent, is er bij u gecontroleerd of u voldoende kunt uitplassen. Kunt u dat niet, dan heeft u geleerd zelf te katheteriseren.

Verder

- Wij adviseren u géén geslachtsgemeenschap te hebben tot de nacontrole op de polikliniek (na ongeveer 6 weken).
- Zolang u last heeft van bloedverlies of bloederige afscheiding adviseren wij u geen bad te nemen of te gaan zwemmen. Douchen mag wel.

Bij problemen en/of onduidelijkheden kunt u ons bereiken op:

- Polikliniek gynaecologie en verloskunde 075 650 12 25 (tijdens kantooruren)
- Afdeling gynaecologie en verloskunde 075 650 77 22 (buiten kantooruren)