

Na opname op onze verpleegafdeling, gaat u nu met ontslag. Wij willen u adviseren 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

Tijdens uw opname is bij u een baarmoederverwijdering via de schede (vaginaal) en een operatie aan de voor- en/of achterwand van de vagina verricht. Ten aanzien van deze ingreep, volgen hieronder een aantal adviezen voor de eerste periode na het ontslag tot aan de eerste polikliniekafspraak.

De ingreep

Verschillende oorzaken kunnen aanleiding zijn voor een verzakking. De plaats van de verzakking zal bepalen welke ingreep of combinatie van ingrepen wordt toegepast. Bij u is de baarmoeder en overtollig vaginaweefsel verwijderd. Het weefsel rond de blaas en/of endeldarm is ingekort en de ingang van de schede is vernauwd om de bekkenbodem meer stevigheid te geven. Indien u nog specifieke vragen heeft over de ingreep die bij u verricht is, verwijzen wij u naar uw gynaecoloog.

Pijn

U kunt na ontslag nog pijnklachten hebben, vooral van de hechtingen in het operatiegebied die een trekkend gevoel kunnen geven. Deze hechtingen lossen vanzelf op en kunnen tot ruim zes weken na de operatie vanzelf naar buiten komen. Eventueel mag u tot 3 x per dag 1000 mg Paracetamol gebruiken. Indien de pijn aanhoudt of toeneemt adviseren wij u contact op te nemen met de afdeling.

Bloedverlies

Ondanks dat u geen menstruatie meer zult krijgen, kunt u de eerste weken nog wat bloedverlies of bruinige afscheiding hebben, afkomstig uit de wond in de top van de vagina. Als dit meer is dan bij ontslag het geval was of helderrood, neemt u dan contact op met de afdeling. Wij adviseren u géén tampons te gebruiken.

Werkzaamheden

Het is beter om de eerste zes weken na de operatie niet zwaar te tillen: een kind optillen of het tillen van zware boodschappentassen en dergelijke. Het weefsel dat net op een nieuwe plaats is vastgemaakt kan weer los raken. Lichtere werkzaamheden zoals koken of afwassen kunt u geleidelijk weer gaan doen. Dat geldt ook voor activiteiten als autorijden en fietsen. Sporten waarbij u veel moet springen op een harde onderlaag of waarbij de druk in de buik sterk verhoogd wordt, raden wij de eerste zes weken af. Het is belangrijk goed naar uw eigen lichaam te luisteren. U voelt zelf het beste wat u wel en niet kunt.

Vrouwen die beroepsmatig zwaar lichamelijk werk verrichten, krijgen over het algemeen het advies minstens zes weken niet te werken. Soms kan het echter verstandig zijn nog wat langer thuis te blijven om aan te sterken of om de eerste weken halve dagen te werken. Overleg in dat geval met uw gynaecoloog, huisarts en/of bedrijfsarts.

Verder

- Na een voorwandplastiek kan het door verandering van de plaats van de urinebuis of door vernauwing moeilijk zijn de blaas geheel te legen. Voor ontslag is bij u gecontroleerd of u voldoende kunt uitplassen. Kunt u dat niet, dan heeft u geleerd uzelf te katheteriseren. Heeft u hierover specifieke vragen, dan kunt u contact opnemen met de afdeling.
- Na een achterwandplastiek is het van belang bij het hebben van ontlasting niet te persen. Wij adviseren u een vezelrijk dieet en veel te drinken. Eventueel kunnen medicijnen de ontlasting zacht houden.
- Indien u twee dagen na ontslag nog geen ontlasting heeft gehad, adviseren wij u om contact op te nemen met één van onderstaande nummers.
- Wij adviseren u géén geslachtsgemeenschap te hebben, tot de nacontrole op de polikliniek (na ongeveer 6 weken). De gynaecoloog bekijkt of de schedewanden goed genezen zijn. Als dit het geval is, kunt u daarna weer gemeenschap hebben. Eerder is meestal niet verstandig, omdat beschadiging kan optreden. Indien de bij de operatie ontstane vernauwing van de schede voor u seksuele problemen oplevert, aarzel dan niet contact op te nemen met uw gynaecoloog.
- Zolang u last heeft van bloedverlies of bruinige afscheiding adviseren wij u geen bad te nemen of te gaan zwemmen. Douchen mag wel.

Bij vragen en/of problemen zijn wij bereikbaar op:

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