

U heeft vandaag een sterilisatie ondergaan.  
Onderstaande informatie is belangrijk voor na de ingreep.

## **Pijnbestrijding**

U kunt na ontslag nog pijnklachten hebben. Vooral een gevoelige onderbuik en/of van de hechtingen in de buik die een trekkend gevoel kunnen geven.

Koolzuurgas dat tijdens de operatie gebruikt wordt om de buik op te blazen, prikkelt het middenrif wat schouderpijn kan veroorzaken. Het koolzuurgas wordt vrij snel via het bloed naar de longen getransporteerd en verlaat het lichaam.

- U mag maximaal 4x per dag 1000 mg paracetamol innemen.

## **Wondverzorging**

De wondjes in uw buik zijn meestal gehecht met oplosbaar materiaal, de hechtingen hoeven dus niet verwijderd te worden. Het kan 6 weken duren voordat de zichtbare uiteinde van de draadjes zijn verdwenen. Als de hechtingen na een week de huid irriteren kunt u de hechtingen (laten) verwijderen.

Indien er pleisters over de wondjes zijn geplakt, mag u deze de dag na de operatie voorzichtig verwijderen. Wanneer de pleister aan de wond zit vastgeplakt, kunt u deze het beste losweken met water en dan verwijderen. Als de wondjes droog zijn, hoeft u er geen pleisters op te plakken. Als de wondjes nalekken dan kunt u er wel een pleister op plakken en regelmatig verschonen.

Er is in principe geen vaginaal bloedverlies na een sterilisatie.

## **Activiteiten**

- De dag na de operatie mag u weer douchen.
- Baden of zwemmen wordt afgeraden tot 2 weken na de operatie.
- Werkzaamheden mag u in principe na enkele dagen tot een week hervatten.
- We adviseren de eerste 1 a 2 weken zwaar lichamelijke inspanning en sporten te vermijden. Het is goed naar uw eigen lichaam te luisteren, u voelt zelf het beste wat u wel en niet kunt.

## **Anticonceptie**

De sterilisatie is meteen veilig. U hoeft daardoor geen andere anticonceptie maatregelen te nemen. De dag na de sterilisatie is gemeenschap weer toegestaan.

### **Ontslag en herstel thuis**

De eerste dagen na de operatie kunt u nog wat moe zijn van de narcose. Door de narcose kan uw reactievermogen wat vertraagd zijn. Ook uw buik kan nog gevoelig zijn. De klachten horen na enkele dagen verdwenen te zijn.

### **Controle**

Bij uw ontslag wordt er, zo nodig, een afspraak ingepland voor nacontrole op de polikliniek gynaecologie.

### **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

### **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)