

U bent opgenomen geweest voor een operatie aan uw prostaat. Heeft u thuis nog vragen? Dan kunt u onderstaande informatie doorlezen.

## Recept

U heeft een recept meegekregen met pijnstillers. Als u dit middel op de juiste manier gebruikt, is dat meestal genoeg.

## Leefregels

- De eerste drie weken loopafstand beperken, korte wandelingen zijn zo nodig toegestaan.
- De eerste 6 weken geen seksuele gemeenschap.
- Wees zuinig met alcohol, de eerste twee weken na de operatie geen alcohol drinken en daarna met mate.
- De eerste 6 weken geforceerde lichamelijke inspanning vermijden, bijvoorbeeld geen zware voorwerpen tillen, geen activiteiten in de tuin en in huis beperkt.
- De eerste 6 weken na de operatie niet fietsen.
- Autorijden is geen bezwaar.
- Zorg voor goede, regelmatige ontlasting door voldoende vezelrijke voeding. Krijgt u last van harde stoelgang? Vraag uw behandelend arts of huisarts dan om een middel dat de stoelgang bevordert.
- Gebruikt u bloedverdunners? Hier pas weer mee starten na een week of eerder als de arts dit aangeeft. Dit in verband met een verhoogde kans op nabloeding.
- Voldoende vochtinname is belangrijk, 1,5 tot 2 liter per dag!
- De urine kan nog wat bloederig zijn of u kunt een stolsel plassen. Dit is niet erg en gaat vanzelf over.
- Door de operatie is het waarschijnlijk dat u vaker moet plassen, de urine moeilijk kunt ophouden en u kunt wat urineverlies hebben. Dit urineverlies kunt u enkele maanden houden, maar gaat vanzelf weer over.
- U krijgt op de afdeling een pakketje met incontinentiemateriaal mee. Gebruik dit alleen als dit ook echt nodig is.

## Controle

Bij uw ontslag heeft u ook een afspraak meegekregen voor controle op de polikliniek Urologie.

## **Klachten**

Neemt u bij de volgende klachten contact op met de polikliniek Urologie:

- u plast veel bloedstolsels uit
- het bloedverlies vermindert niet
- bij koorts boven de 38,5°C
- bij ernstige brandende pijn tijdens het plassen of wanneer u niet meer kunt plassen

## **Contact**

- Heeft u nog vragen of klachten op de dag van ontslag dan kunt u voor 17.00 uur contact opnemen met de verpleegafdeling Urologie.
- Na 17.00 uur en tot 08.30 uur de volgende ochtend en in het weekend kunt u bij dringende vragen contact opnemen met de afdeling Spoedeisende Hulp.
- De volgende ochtend na 08.30 uur of na het weekend kunt u contact opnemen met de polikliniek Urologie via het Klantcontactcentrum.

## **Belangrijke telefoonnummers**

verpleegafdeling Urologie : 075 650 2317

Spoedeisende Hulp : 075 650 2600

polikliniek Urologie (Klantcontactcentrum) : 075 650 1290