

U bent opgenomen geweest voor een operatie aan uw prostaat. In deze informatie leest u wat u thuis kunt doen en waar u op moet letten.

## **Pijnstilling**

U heeft een recept voor pijnstillers meegekregen. Gebruik deze zoals op het recept staat. Dan is dit meestal voldoende tegen de pijn.

## **Leefregels**

- Eerste 4 weken: niet fietsen en geen zware lichamelijke inspanning, zoals tillen of werken in de tuin. In huis alleen lichte taken.
- Eerste 3 weken: korte wandelingen is prima maar loop niet te ver. Geen seks.
- Eerste 2 weken: absoluut geen alcohol.
- Autorijden mag.
- Zorg voor goede, regelmatige ontlasting. Eet vezelrijke voeding. Heeft u last van harde ontlasting? Vraag dan een laxeermiddel aan uw arts of huisarts.
- Bloedverdunningsmiddelen mag u pas na 1 week weer gebruiken, of eerder als uw arts dit zegt. Dit is om nabloedingen te voorkomen.
- Drink genoeg: 1,5 tot 2 liter per dag!
- Uw urine kan nog wat rood zijn door bloed of er zitten nog stolsels in. Dit is normaal en gaat vanzelf over.
- U moet na de operatie waarschijnlijk vaker plassen of u kunt uw plas minder goed ophouden. U kunt ook wat urine verliezen. Dit is normaal en gaat vanzelf over na een paar maanden.
- U krijgt van ons incontinentiemateriaal mee.

## **Wanneer contact opnemen met het ziekenhuis?**

- als u moeilijk kunt plassen of veel stolsels plast
- als u koorts heeft boven de 38,5 en/of koude rillingen
- als u problemen heeft met de wond, zoals roodheid, pus of veel bloedverlies

## **Controle**

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

## **Vragen na uw ontslag**

polikliniek Urologie (via het klantcontactcentrum): 075 650 1290  
(ma t/m vrij 8.30 – 16.30 uur)  
Spoedeisende Hulp (buiten bovenstaande tijden): 075 650 2600