

**LEEFREGELS NA EEN GYNAECOLOGISCHE
OPERATIE**

Inleiding

U heeft in Franciscus Gasthuis & Vlietland een gynaecologische operatie ondergaan. Binnenkort mag u naar huis. In het ziekenhuis heeft u misschien het gevoel dat u al tot heel wat in staat bent, maar thuis valt dit vaak tegen. Vooral de eerste tijd kunt u nog snel moe zijn.

Er gelden voor u een aantal leefregels. De nummers die bij de operaties staan, verwijzen naar de leefregels.

- Operatie via de buik: 2, 3, 4, 5 en 6;
- Operatie via de schede: 1, 3, 4, 5, 6, 7 en 12;
- Herstel van verzakking: 2, 3, 4, 5, 6 en 7;
- Operatie via een kijkbuis door de buik (laparoscopie): 3, 5 en 8;
- Operatie via een kijkbuis door de vagina (hysteroscopie): 3 en 5;
- Totaal laparoscopische hysterectomie (TLH): 1, 3, 4, 5, 6, 7 en 8;
- Keizersnede: 1, 4, 5 en 9;
- Kleine ingrepen (condylomata, spiraal, LETZ, Novasure, vulvaplastiek): 3, 5, 10;
- Bartholinische cyste: 10, 11 en 12.

Let op!

Voor iedere operatie geldt: luister naar uw lichaam. Dit geeft uw grenzen aan! Bij koorts, hevig rood zien, zwelling en pijn aan de wond, moet u contact met ons opnemen.

Leefregels

1. De komende drie tot vier weken mag u niet zwaar tillen, omdat u uw buikspieren niet teveel mag aanspannen. Denk hieraan bij het boodschappen doen, stofzuigen, dweilen of bedden opmaken;
2. De komende vier tot zes weken mag u niet zwaar tillen, omdat u uw buikspieren niet teveel mag aanspannen. Denk hieraan bij boodschappen doen, stofzuigen, dweilen of bedden opmaken;
3. U kunt de eerste weken nog last hebben van bloedverlies. Dit is van de inwendige wond. Als het bloedverlies meer is

dan bij een normale menstruatie, moet u contact met het ziekenhuis opnemen;

4. U krijgt het advies de eerste twee tot drie weken na ontslag niet te fietsen of auto te rijden;
5. Zolang u nog bloedverlies heeft via de vagina of buikwond, mag u geen tampons gebruiken, geen geslachtsgemeenschap hebben, niet baden, zwemmen of naar de sauna gaan. Dit in verband met hygiëne en infectiegevaar. Douchen mag wel;
6. Tot aan de nacontrole met de arts, zes weken na ontslag, geen geslachtsgemeenschap. Dit is niet bevorderlijk voor de wondgenezing en in verband met infectiegevaar;
7. Na de operatie is uw buik de eerste weken nog wat opgezet. Dit wordt na verloop van tijd minder. Buikspieroefeningen en sporten zijn dan heel goed. U kunt hier na het polikliniekbezoek weer mee beginnen;
8. U kunt de eerste weken nog last hebben van spierpijn en pijn aan de schouders door het ingebrachte gas tijdens de operatie;
9. Het bloedverlies kan tot zes weken duren, maar moet steeds een beetje minder worden;
10. We raden geslachtsgemeenschap tot twee weken na de ingreep af;
11. U dient de wond driemaal daags te spoelen met water of een zitbadje te nemen, gedurende vier tot vijf dagen na de ingreep;
12. Na urineren spoelen met water.

Wanneer u hechtingen heeft, dan kunt u deze na één week laten verwijderen door uw huisarts. Steristrips kunt u laten zitten.

Bij problemen met urineren (niet of nauwelijks kunnen plassen, en/of pijn tijdens/na het plassen), dient u contact op te nemen met het ziekenhuis.

Vragen

Als u na het lezen van deze folder nog vragen heeft, dan kunt u op werkdagen van 8.00 uur tot 16.30 uur contact opnemen met de polikliniek Gynaecologie & Verloskunde via telefoonnummer, 010 - 461 6202 (Franciscus Gasthuis) of 010 - 893 9393 (Franciscus Vlietland).

Buiten kantooruren kunt u contact opnemen met de afdeling Gynaecologie via het centrale telefoonnummer, 010 - 461 6161 (Franciscus Gasthuis) of 010 - 893 9393 (Franciscus Vlietland).

*November 2021
17712*