

INFORMATIE VOOR PATIËNTEN




Ontslagadviezen na een prolapsoperatie

Gynaecologie - urologie



Az Damiaan
Dicht bij het leven

 **Aarzel niet om contact op te nemen met ons.
Wij helpen je graag verder.**

secretariaat gynaecologie - verloskunde: 059 41 60 30
www.azdamiaan.be/nl/zorgaanbod/gynaecologie-verloskunde
gynaecologie@azdamiaan.be

secretariaat urologie: 059 41 42 30
www.azdamiaan.be/nl/zorgaanbod/urologie
curo1@azdamiaan.be

© Az Damiaan vzw, april 2021. Niets uit deze brochure mag worden overgenomen zonder uitdrukkelijke toestemming.

Az Damiaan heeft deze informatiefolder met de grootste zorg opgemaakt. Deze folder bevat algemene informatie en is bedoeld als aanvulling op het gesprek met jouw zorgverlener. Mocht deze folder vergissingen, tekortkomingen of onvolledigheden bevatten dan zijn Az Damiaan, de artsen en medewerkers hiervoor niet aansprakelijk.

Adviezen na een prolapsoperatie

In deze brochure vind je informatie over de periode na een prolapsoperatie. We spreken van een verzakking of prolaps als de ondersteuning van deze bekkenorganen onvoldoende is, waardoor een of meerdere organen (blaas/baarmoeder/darm) verzakken.

Steunkousen

Indien je steunkousen kreeg gedurende het verblijf in het ziekenhuis, draag je deze best tot twee weken na de operatie als je mobilisatie onvoldoende is. Bij een goede mobilisatie zijn deze niet verder nodig.

Baden en douchen

Direct na de operatie mag je onder de douche. De eerste 2 weken na de operatie of zolang je blijft bloeden/afscheiding geven, kan je beter niet in bad gaan of zwemmen.

Pijnbestrijding

Het is mogelijk dat je de eerste dagen nog pijn hebt en de klachten niet meteen weg zijn. Een goede pijnbestrijding is belangrijk voor het genezingsproces. Pijn na een operatie is normaal. Indien nodig kan je thuis pijnmedicatie verder nemen. Paracetamol (bv. Dafalgan®, Panadol®, Perdolan®,...) of een niet-steroïdaal ontstekingsmiddel.

Bloedverlies of afscheiding

Bloedverlies, afscheiding en irritatie enkele weken na de operatie kunnen normaal zijn. Gebruik maandverband en geen tampons om dit op te vangen. Raadpleeg een arts bij blijvende last. Bij overvloedig bloedverlies, kom je best langs via de consultatie of via spoedgevallen. Na 3 à 4 weken kan er licht bloedverlies zijn, omdat de draadjes loskomen.

Ontlasting

Pers niet te veel bij ontlasting. Drink voldoende en blijf in beweging om de stoelgang te bevorderen. Problemen met ontlasting ontstaan voornamelijk na het corrigeren van een darmverzakking.

Preventieve dieetmaatregelen (inname van vezels), voldoende drinken, voldoende lichaamsbewegingen eventueel gebruik van een laxeermiddel (movicol ®) kunnen helpen.

Normaal gezien zijn deze klachten tijdelijk. Het gebeurt vaak dat deze klachten ook al voor de ingreep bestonden. Een ingreep ter correctie van de verzakking levert dan ook geen beterschap van de constipatie op.

Urineren

Vaak hebben vrouwen na het herstel van de voorwand van de vagina moeilijkheden om spontaan te plassen of om de blaas volledig te ledigen. Dit is een tijdelijk probleem dat kan opgevangen worden door tijdelijk een nieuwe katheter te plaatsen of tijdelijk zelf te katheteriseren.

Sommige vrouwen ontwikkelen urineverlies na de operatie. Meestal werd dit urineverlies gemaskeerd door de verzakking. Op de postoperatieve controle kan dit verder besproken worden. Soms is hiervoor later nog een operatie nodig.

Seksualiteit

Wacht met geslachtsgemeenschap tot na het controle-onderzoek. Indien de baarmoeder mee werd verwijderd, dient geslachtsgemeenschap 6 à 8 weken vermeden te worden. Door de veranderingen ter hoogte van de vagina kan soms pijn optreden tijdens seks.

Meestal is dit tijdelijk en verdwijnt het probleem wanneer het litteken versoepelt. In het begin kan voorzichtigheid en het gebruik van een glijmiddel helpen.

Zwangerschap na een prolapsoperatie

Als je nog zwanger wil worden, moet je dit aan je arts melden. Zo kan de arts rekening houden met de operatietechniek en eventueel ook met de wijze van bevallen.

Sporten

Stel sportieve activiteiten uit tot na de controle bij de arts. Het spreekt voor zich dat je de inspanningen gedoseerd moet opdrijven als je opnieuw begint te sporten. Bespreek dit met je arts.

Fietsen

Na ongeveer zes weken mag je weer beginnen met fietsen, mits jouw concentratie en conditie het toelaten. Het zitten op het zadel kan nog wel wat ongemakken geven.

Autorijden

Autorijden mag zodra je je er zelf weer veilig bij voelt, meestal is dit na een tot twee weken. Het is verstandig de eerste keren geen grote afstanden te rijden en niet alleen te gaan. Informeer ook altijd bij jouw verzekeraar wanneer je weer mag autorijden.

Vermoeidheid

In het ziekenhuis heb je misschien het gevoel gehad dat je tot heel wat in staat bent, maar eenmaal thuis valt dat vaak tegen. Je bent sneller moe en je kan minder aan dan je dacht. Dit komt door de medicatie dat toegediend werd tijdens de narcose. Je kan het best voldoende extra rust nemen.

Te hard van stapel lopen heeft vaak een omgekeerd effect. Jouw lichaam geeft aan wat je wel en niet aankan en het is belangrijk dat je daar naar luistert.

Huishoudelijke taken

Zodra je thuiskomt mag je langzaam jouw gewone bezigheden hervatten. Doe dit geleidelijk aan. Overdrijf niet, maar strikte bedrust is zeker niet aangewezen. Verwacht wordt dat je na 1 tot 2 weken de gewone huishoudelijke zaken kunt doen. Absoluut te vermijden gedurende de eerste zes weken:

- De eerste zes weken na de operatie kan je beter niet zwaar tillen (geen gewichten tillen die beide handen vragen!), een volle emmer water tillen of een zware boodschappentas: het weefsel dat net op een nieuwe plaats is vastgemaakt, kan weer los raken.
- Het is dan ook belangrijk om de eerste zes weken na de operatie hulp voor zwaardere huishoudelijke bezigheden te regelen. Wel kan je licht huishoudelijk werk doen. Stop als je moe wordt.

Werkhervatting

De periode van herstel kan van vrouw tot vrouw sterk variëren. In het algemeen wordt een periode van 3 tot 6 weken aangehouden. De lengte van de periode tot werkhervatting hangt natuurlijk wel af van het soort werk.

Controle

Na 4 à 5 weken kom je terug bij jouw behandelende specialist voor een controle-afspraak.

Wat is abnormaal, wanneer moet je ons terug contacteren?

Hoe goed een operatie ook wordt uitgevoerd, complicaties of verwikkelingen kunnen jammer genoeg altijd voorvallen.

Je contacteert jouw gynaecoloog best in volgende situaties:

- Vaginaal bloedverlies meer dan maandstonden
- Toenemend opzetten van de buik met buikkrampen (zeker als je geen windjes of stoelgang kunt maken), misselijkheid, niet kunnen eten
- $\geq 38^{\circ}\text{C}$

- Toenemende pijn, die niet verbetert ondanks pijnstilling
- Aanhoudend veel vaginaal (slecht)ruikend vochtverlies
- Blaasontsteking (branderig gevoel of pijn bij het plassen)
- Neem altijd contact op als je je niet goed voelt en het niet vertrouwt. Je kan ons beter een keer te veel dan te weinig bellen.
- Na deze twee weken of bij overige klachten kan je contact opnemen met je huisarts.

Herstelperiode

De duur van het uiteindelijk herstel is bij elke vrouw verschillend. Over het algemeen moet je voor de herstelperiode drie tot zes weken rekenen.

Resultaat op lange termijn

Bij een prolapsoperatie wordt het onderliggende probleem (zwak of beschadigd weefsel) niet opgelost. Een op de drie vrouwen krijgt op termijn opnieuw te maken met een verzakking. Die kan op dezelfde plaats ontstaan (recidief) maar komt vaker op een andere plaats in de vagina voor.

Nog vragen?

De specialist is te alle tijden bereid ze te beantwoorden.

We wensen je een spoedig herstel toe!

VOLG ONS OP:

 / [azdamiaan](#)

 / [azdamiaan](#)

 / [company/azdamiaan](#)

 / [az-damiaan](#)

 / [@azdamiaan](#)



Az Damiaan
Dicht bij het leven

Az Damiaan vzw
Gouwelozestraat 100
8400 Oostende
Tel. +32 (0)59 41 40 40

info@azdamiaan.be
www.azdamiaan.be