

Gynaecologie

# Operatie aan uw bekkenbodembodem

Operatie, herstel en leefregels



Uw arts heeft met u besproken dat u een operatie aan uw bekkenbodemp krijgt.

## **Vorbereiding op een operatie**

Bij uw operatie wordt anesthesie (verdooving) gebruikt. Om u veilig anesthesie te kunnen geven, is er informatie over uw gezondheid nodig. U krijgt hiervoor een afspraak bij het POS (preoperatief spreekuur). Daar hebt u onder andere een gesprek met de anesthesioloog over de verdooving.

De afdeling Opnameplanning neemt contact met u op om een datum voor het POS af te spreken. U ontvangt daarna:

- Een afspraakbevestiging.
- De informatie “Zorg rondom uw operatie of behandeling”.
- Een uitnodiging voor het invullen van een gezondheidsvragenlijst.

## **Operatie met opname**

Voor deze operatie wordt u een paar dagen opgenomen in het ziekenhuis.

## **Dag van de operatie**

Nadat u bent opgenomen op de verpleegafdeling, neemt de verpleegkundige de dag met u door. Daarna wordt u naar de ontvangstruimte (holding) van de operatieafdeling gebracht. Hier worden voorbereidingen voor de operatie getroffen.

De specialist bij wie u op de polikliniek bent geweest, doet ook uw operatie. Soms lukt dat niet, maar dat wordt dan vooraf met u besproken.

Na de operatie verblijft u op de uitslaapkamer. Als de controles goed zijn, wordt u weer naar de verpleegafdeling gebracht.

## **Terug op de verpleegafdeling**

- Als u terug bent op de afdeling, wordt uw contactpersoon gebeld.
- U hebt een infuus in uw arm, een katheter (slangetje in uw blaas) voor het opvangen van de urine en in sommige gevallen een vaginale tampon.
- De verpleegkundige houdt u in de gaten en doet verschillende controles, onder andere van de bloeddruk, de pols en de temperatuur.
- Als u misselijk bent, kunt u daar medicijnen voor krijgen.
- Na de operatie kunt u pijn hebben. U krijgt dan pijnstilling. De verpleegkundige neemt regelmatig een pijnscore bij u af, om te kijken of de pijnstilling aangepast moet worden. U kunt het zelf ook altijd aangeven als u meer pijnstilling wilt.
- Als u niet (meer) misselijk bent, mag u weer eten en drinken.

## **Risico's**

### **Algemene risico's bij een operatie**

- Kans op trombose (een verstopping van een bloedvat door een bloedpropje). Om dit te voorkomen, krijgt u tijdens uw opname in het ziekenhuis iedere dag een injectie in de huid van de buik of het bovenbeen.
- Kans op infectie. Daarom krijgt u tijdens de operatie meestal antibiotica.

### **Risico's die alleen te maken hebben met de operatie die u hebt gehad**

Zie hiervoor de folder die u hebt gekregen over uw operatie.

## **Dag na de operatie**

- Afhankelijk van de ingreep mag de katheter de ochtend na de operatie of na 24 uur verwijderd worden. De arts kan soms beslissen dat dit op een ander tijdstip gebeurt.
- Het infuus wordt verwijderd, maar alleen als u niet misselijk bent en als u kunt eten en drinken.
- De tampon die u eventueel hebt, wordt meestal de ochtend na de operatie verwijderd.

## **Weer naar huis**

Hoe lang uw opname in het ziekenhuis duurt, hangt af van welke operatie u hebt gehad en van het herstel. Gemiddeld is dit 1 tot 2 nachten.

De verpleegkundige bespreekt met u wat u thuis in de herstelperiode kunt verwachten.

## **Controleafspraak polikliniek**

- 2 weken na de operatie hebt u een telefonische afspraak met de verpleegkundige.
- Er wordt een afspraak voor u gemaakt met de gynaecoloog voor ongeveer 6 weken na de operatie. U bespreekt dan hoe het met u gaat, hoe uw herstel verloopt, of de operatie geholpen heeft en of er problemen met het plassen en/of de ontlasting zijn.

# Het herstel

## Persoonlijke verzorging

- U mag direct na de operatie weer onder de douche.
- De eerste weken na de operatie kunt u wat bloederige afscheiding hebben:
  - Neem geen bad en gebruik geen tampons zolang u bloederige afscheiding hebt.
  - Als u veel afscheiding hebt, kunt u 2 keer per dag met de douche de buitenkant van de vagina schoonspelen.

## Pijn

- Bij pijn kunt u, als dat nodig is, paracetamol gebruiken. Maximaal 4 keer per dag 1000 mg.

## Plassen en ontlasting

- Het is belangrijk om regelmatig te plassen. Als u blaasklachten hebt of pijn bij het plassen, is het verstandig om uw urine te laten onderzoeken op een eventuele blaasontsteking.
- Ook is het belangrijk dat u niet hoeft te persen voor de ontlasting. Eet daarom vezelrijke voeding en drink minstens 1,5 liter vocht per dag. Als dat nodig is, kunt u middelen krijgen om de ontlasting soepel te maken.

## Hechtingen

- De hechtingen lossen in ongeveer 6 weken op. Er kan dan ook weer wat bloedverlies zijn.

## Leefregels

Het herstel kan bij iedereen anders zijn. De één herstelt snel, bij de ander gaat het wat langzamer. Soms is er een complicatie waardoor het langer duurt.

Als u merkt dat bepaalde activiteiten nog vermoeiend zijn, kunt u beter een stapje terugdoen. Gun uw lichaam de tijd om te herstellen.

De volgende leefregels kunnen u hierbij helpen:

1-2 weken	<ul style="list-style-type: none"><li>• Neem veel rust.</li><li>• Doe geen boodschappen en geen huishoudelijk werk.</li><li>• Alleen traplopen als dat nodig is, bijvoorbeeld als u naar bed gaat.</li><li>• Maak uw eten alleen zelf klaar als dat nodig is.</li></ul>
3-4 weken	<ul style="list-style-type: none"><li>• Huishoudelijk werk langzaam opstarten en uitbreiden.</li><li>• Eten zelf klaarmaken.</li><li>• Tillen tot maximaal 5 kg.</li><li>• Wandelen, maar niet langer dan een half uur.</li><li>• Autorijden. <b>Let op:</b> u kunt moeite hebben met concentreren. Houd hier rekening mee als u gaat autorijden.</li></ul>
5-6 weken	<ul style="list-style-type: none"><li>• Activiteiten verder uitbreiden.</li><li>• Fietsen.</li><li>• Tillen tot maximaal 10 kg.</li></ul>
na 6 weken	<ul style="list-style-type: none"><li>• Normale activiteiten kunnen meestal weer.</li><li>• Sporten langzaam opbouwen.</li><li>• Geslachtsgemeenschap mag weer.</li><li>• Gemiddeld zwaar werk kan weer.</li></ul>

## **Contact**

Hebt u in de periode tot de controleafspraak vragen of problemen? Neem dan contact op met de polikliniek Gynaecologie.

De polikliniek is te bereiken van maandag tot en met vrijdag tussen 8:30 en 12:00 uur en tussen 13:00 en 16:00 uur.

**T:** 0515 - 48 89 83.

Buiten kantooruren kunt u in dringende gevallen contact opnemen met de Spoedeisende hulp (SEH) via de receptie van het ziekenhuis.

**T:** 0515 - 48 88 88.

***Hebt u opmerkingen of tips over de informatie in deze folder?***

*Wij ontvangen ze graag via [folders@mijnantoniushuis.nl](mailto:folders@mijnantoniushuis.nl)*