

# Nazorg bij een vaginale operatie

## Inhoudsopgave

*Klik op het onderwerp om verder te lezen.*

<b>Na de operatie</b>	<b>1</b>
<b>Wanneer moet u contact opnemen?</b>	<b>1</b>
<b>Vloeien</b>	<b>2</b>
<b>Afscheiding</b>	<b>2</b>
<b>Blaasklachten</b>	<b>2</b>
<b>Ontlasting</b>	<b>2</b>
<b>Vaginale schimmelinfectie</b>	<b>2</b>
<b>Lichamelijke activiteiten na de operatie</b>	<b>2</b>
<b>Tillen</b>	<b>3</b>
<b>Autorijden</b>	<b>3</b>
<b>In bad / zwemmen</b>	<b>3</b>
<b>Advies en informatie</b>	<b>3</b>
<b>Medicatie</b>	<b>3</b>
<b>Professionele hulp in de thuissituatie</b>	<b>3</b>
<b>Rusten en slapen</b>	<b>3</b>
<b>Seksualiteit</b>	<b>3</b>
<b>Voeding en vocht</b>	<b>4</b>
<b>Belangrijke telefoonnummers</b>	<b>5</b>

In deze folder lees u meer informatie over de nazorg als u één van de volgende operaties heeft gehad: een achterwandplastiek, en voorwandplastiek, een vaginale uterus extirpatie, een TVT-o of een sacro-spinale fixatie.

## Na de operatie

### Wanneer moet u contact opnemen?

Wij adviseren u om bij de volgende klachten contact op te nemen:

- temperatuur boven de 38°C;
- toenemende pijn;
- toenemend bloedverlies uit uw schede;
- pijn bij het plassen, of niet kunnen plassen;
- riekende afscheiding.

Als u klachten (veel pijn, koorts, bloedverlies) neemt dan contact op met de polikliniek Gynaecologie; telefoonnummer (013) 221 01 10. Is dit 's avonds, 's nachts of in het weekend bel dan naar telefoonnummer (013) 221 27 73 (Triage-afdeling).

Bij vragen of onzekerheden kunt u gebruik maken van het telefonisch spreekuur van de verpleegkundig specialist of verpleegkundige op woensdag en vrijdag van 08.30 - 09.30 uur; telefoonnummer 06-83102846 (feestdagen uitgezonderd).

### **Vloeien**

De eerste weken na de operatie kunt u nog wat bloed of bruinige afscheiding hebben. Als de afscheiding meer is dan een normale menstruatie moet u contact opnemen met polikliniek Gynaecologie. Om een eventuele ontsteking te voorkomen mag u geen tampons gebruiken.

### **Afscheiding**

De eerste weken na de operatie kunt u een beetje waterige afscheiding hebben. Ook kan het anders ruiken dan u gewend bent. Dat komt door de hechtingen die in de vagina zitten. Als de hechtingen oplossen (na een aantal weken) verdwijnt dat vanzelf. Als u geen jeuk of pijn heeft hoeft u zich hierover geen zorgen te maken. Probeer zo min mogelijk gebruik te maken van inlegkruisjes. U kunt zich het beste wassen met water zonder zeep.

### **Blaasklachten**

Als u na de operatie een blaaskatheter had, heeft u een verhoogde kans op een blaasontsteking. Als u pijn heeft bij het plassen of vaak kleine beetjes plast raden wij u aan om contact op te nemen met uw huisarts.

Soms lukt het niet om na de operatie te plassen. We leren u dan uw blaas zelf met een katheter leeg te maken of er wordt een tijdelijke blaaskatheter aangelegd. Meestal lukt het plassen na een paar dagen wel, maar bij enkele vrouwen (minder dan 1%) blijft de klacht bestaan. Zij moeten leren om zelf de blaas met een katheter leeg te maken.

In de eerste weken na de operatie kunt u last hebben van urineverlies. Als u ook pijn bij het plassen heeft moet u de urine laten controleren bij uw huisarts. Meestal gaat dit na een aantal weken beter, geef dit aan bij de nacontrole.

### **Ontlasting**

Om obstipatieproblemen te voorkomen, adviseren wij u het volgende:

- eet vezelrijke voeding zoals volkoren producten en fruit;
- drink minimaal anderhalf tot twee liter per dag;
- als u zakjes heeft gekregen voor de ontlasting, gebruik deze dan thuis ook.

Merkt u dat de ontlasting moeilijk gaat, neem dan contact op met de polikliniek Gynaecologie.

### **Vaginale schimmelinfectie**

Door de antibiotica die tijdens de operatie is gebruikt, ontstaat soms een vaginale schimmelinfectie. U merkt dit door jeuk en een riekende afscheiding. Ook plassen is dan vaak pijnlijk. Vraag uw huisarts in dit geval om een advies.

### **Lichamelijke activiteiten na de operatie**

Na de operatie is zwaar tillen onverstandig omdat het weefsel dat net op een nieuwe plaats is vastgemaakt, weer los kan raken. Vermijd daarom zware activiteiten zoals:

- het tillen van zware boodschappentassen;
- vuilniszakken buiten zetten;
- intensieve sporten zoals atletiek en tennis.

U kunt de lichte activiteiten geleidelijk aan weer gaan doen, zoals:

- koken;

- afwassen;
- lichte sportieve activiteiten als wandelen.

### **Tillen**

U mag de eerste drie maanden niet meer dan zes kilo tillen. Meestal adviseren wij om het werk na zes tot acht weken te hervatten. Dit is natuurlijk afhankelijk van het soort werk en de zwaarte van uw werk.

### **Autorijden**

De eerste vier weken kunt u beter niet autorijden. U kunt een verminderde concentratie hebben. Ook kan uw wond uitrekken. Meestal vergoedt uw autoverzekering eventueel gemaakte schade in de eerste weken na de operatie niet. U kunt dit navragen bij uw eigen verzekering.

### **In bad / zwemmen**

De eerste zes weken raden wij u aan om niet in bad te gaan of te zwemmen door de kans op een infectie. Douchen is wel toegestaan.

## **Advies en informatie**

### **Medicatie**

Medicijnen die in het ziekenhuis zijn gestart en die u thuis moet blijven gebruiken, krijgt u mee op recept, met uitzondering van paracetamol. U kunt de paracetamol naar eigen inzicht afbouwen.

De medicatie die u voor de operatie gebruikte, kunt u blijven gebruiken, tenzij de arts anders voorschrijft.

### **Professionele hulp in de thuissituatie**

Na een gynaecologische operatie kunt u een emotionele reactie krijgen.

- Maatschappelijk werk: Als u behoefte heeft om te praten met een hulpverlener zoals maatschappelijk werk, dan kunt u contact opnemen met uw huisarts.
- Lotgenotencontact: Als u behoefte heeft aan lotgenotencontact, dan kunt u contact opnemen met de 'Stichting Bekkenbodempatiënten'.
- Thuiszorg: Realiseert u zich dat u een herstelperiode in acht moet nemen. Het is belangrijk dat u mensen in uw omgeving inschakelt om werkzaamheden over te nemen.

### **Rusten en slapen**

De herstelperiode is voor iedereen verschillend. Meestal duurt de herstelperiode zes weken. U kunt sneller moe zijn na de operatie en soms kunt u minder aan dan u dacht. Het beste kunt u toegeven aan deze moeheid en extra rusten. Te snel te veel doen heeft vaak een averechts effect. Uw lichaam geeft aan wat u wel en niet kunt. Belangrijk is om de signalen van uw lichaam serieus te nemen.

### **Seksualiteit**

We raden u aan om geslachtsgemeenschap uit te stellen tot zes weken na de operatie. Uw wond is na deze zes weken in die mate hersteld dat u zonder angst voor beschadigingen geslachtsgemeenschap kunt hebben. Waarschijnlijk bent u dan ook al voor nacontrole op de polikliniek geweest.

Bij een bekkenbodemplastiek is de ingang van uw schede vernauwd om uw bekkenbodem meer stevigheid te geven. De ingang van uw schede is hierdoor kleiner. De gynaecoloog probeert de ingang van uw schede ruim genoeg te houden. Soms is het resultaat toch anders dan verwacht. Ook kan soms de schede korter zijn geworden. Aarzel niet om bij problemen met geslachtsgemeenschap een nieuwe afspraak met de gynaecoloog te maken om dit te bespreken.

## Voeding en vocht

Als u naar huis gaat, mag u weer normaal eten. Wij raden u aan om vezelrijke voeding te gebruiken en voldoende te drinken. Deze maatregelen zijn nodig voor een goede stoelgang.



## Belangrijke telefoonnummers

**ETZ (Elisabeth-TweeSteden Ziekenhuis):** (013) 221 00 00  
**Polikliniek Gynaecologie:** (013) 221 01 10

**Telefonisch spreekuur:** 06-83102846  
*op woensdag en vrijdag van 08.30 - 09.30 uur*

**Locatie ETZ Elisabeth**  
**Route 15**

**Locatie ETZ TweeSteden**  
**Polikliniekgebouw, Wachtruimte 2**

**Locatie ETZ Waalwijk**  
**Wachtruimte 1, Nummer 8**

Gynaecologie, 41\_1526 12-19

Copyright© ETZ  
Afdeling Communicatie  
Aan deze uitgave kunnen geen rechten worden ontleend.