

Leefregels na gynaecologische operaties

Gynaecologie



Beter voor elkaar

Leefregels na gynaecologische operaties

Inleiding

In deze folder vindt u informatie over specifieke leefregels na een gynaecologisch operatie. De verpleegkundige kruist aan welke leefregels voor u van toepassing zijn.

Algemene adviezen

Neemt u na ontslag tot aan uw polikliniek bezoek contact op met het ziekenhuis bij:

- hevig vloeien (meer dan een normale menstruatie, eventueel met stolsels);
- koorts boven de 38°C;
- acute aanhoudende pijn in de buik;
- kortademigheid;
- wanneer u klachten heeft die duiden op een blaasontsteking.

Als u een buikwond heeft:

- koorts boven de 38°C en/of een pijnlijke wond;
- een wond die is gaan wijken.

Belangrijke telefoonnummers

T 010 297 59 76

Daycare (dagelijks 24 uur bereikbaar)

T 010 297 52 40

Polikliniek gynaecologie Bereikbaar van ma. t/m vr. van 8.30–16.30 uur.

T 010 297 52 51

Afdeling 5a gynaecologie (dagelijks 24 uur bereikbaar)

Bij ontslag krijgt u mee:

- Polikliniek afspraak;
- Voorlopig ontslagbericht huisarts;
- Eventueel een recept voor medicatie.

Vaginale baarmoederverwijdering

- o 2 weken niet auto rijden.
 - o 6 weken niet zwemmen en/of in bad, in verband met infectie.
Douchen is wel toegestaan.
 - o 6 weken niet fietsen.
 - o Niet werken tot aan eerste polikliniek bezoek.
-
- o Lichte huishoudelijke bezigheden zijn toegestaan, echter niet zwaar tillen.
 - o Ga op tijd rusten, luister naar uw lichaam.
 - o Tot uw polikliniek bezoek liever geen geslachtsgemeenschap.

Abdominale baarmoederverwijdering

- o 2 weken niet autorijden of fietsen.
 - o 6 weken niet zwemmen en/of in bad, in verband met infectie.
Douchen is wel toegestaan
 - o Niet werken tot aan eerste polikliniek bezoek
-
- o Lichte huishoudelijke bezigheden zijn toegestaan, echter niet zwaar tillen.
 - o Ga op tijd rusten, luister naar uw lichaam.
 - o Tot uw polikliniek bezoek liever geen geslachtsgemeenschap.

Baarmoederverwijdering m.b.v. kijkoperatie

- o 2 weken niet autorijden of fietsen.
 - o 6 weken niet zwemmen en/of in bad, in verband met infectie.
Douchen is wel toegestaan
 - o Niet werken tot aan eerste polikliniek bezoek
-
- o Lichte huishoudelijke bezigheden zijn toegestaan, echter niet zwaar tillen.
 - o Ga op tijd rusten, luister naar uw lichaam.
 - o Tot uw polikliniek bezoek liever geen geslachtsgemeenschap.

Verzakingsoperaties en/of TVT bandje

- o 2 weken niet auto rijden.
- o 6 weken niet fietsen
- o 6 weken niet zwemmen en/of in bad, in verband met infectie. Douchen is wel toegestaan.
- o Niet werken tot aan eerste polikliniek bezoek.

- o Lichte huishoudelijke bezigheden zijn toegestaan, echter niet zwaar tillen.
- o Ga op tijd rusten, luister naar uw lichaam.
- o Tot uw polikliniek bezoek liever geen geslachtsgemeenschap.

Catheter verwijderen



- o U verwijdert de catheter door middel van het doorknippen van catheterslang, waarbij u de slang in de wc pot richt.
- o Het ballonnetje dat de catheter op zijn plaats houdt loopt dan vanzelf leeg. (Het ballonnetje is gevuld met vocht).

- o Nadat het ballonnetje leeggelopen is, kunt u de catheter verwijderen door er rustig aan te trekken.
- o U doet dit 4 uur vóór het afgesproken tijdstip dat u op de daycare moet zijn.
- o De catheter mag u weggooien. Het kraantje dient u mee te nemen naar het ziekenhuis.
- o U kunt gewoon eten en drinken.
- o U hoeft met urineren niet te wachten tot u in het ziekenhuis bent.
- o Op het afgesproken tijdstip komt u op de afdeling Daycare. (afd. 8B)
- o Daar wordt, nadat u nogmaals goed uitgeplast hebt, door middel van een echoapparaat gekeken of de blaas goed leeg is.
- o Indien u thuis het gevoel hebt niet te kunnen urineren, kunt u eerder contact opnemen met de afdeling Daycare **T010 297 59 76.**

Buikoperaties in de keizersnede

- o 2 weken niet auto rijden.
- o 6 weken niet fietsen.
- o 6 weken niet zwemmen en/of in bad, in verband met infectie. Douchen is wel toegestaan.
- o Niet werken tot aan eerste polikliniek bezoek.

- o Lichte huishoudelijke bezigheden zijn toegestaan, echter niet zwaar tillen.
- o Ga op tijd rusten, luister naar uw lichaam.
- o Tot uw polikliniek bezoek liever geen geslachtsgemeenschap.

Inkijkoperatie

- o Doe het de eerste dagen rust aan. Daarna kunt u uw activiteiten weer rustig oppakken.
- o Niet werken in de week van de operatie. Daarna kunt u uw werkzaamheden weer hervatten als u zich goed voelt.

- o Lichte huishoudelijke bezigheden zijn toegestaan, echter niet zwaar tillen.
- o Ga op tijd rusten, luister naar uw lichaam.

Bartholinische cyste / abces

- o Doe het de eerste dagen rust aan. Daarna kunt u uw activiteiten weer rustig oppakken.
- o 4 weken niet fietsen.
- o Als u zich goed voelt kunt u uw werkzaamheden weer hervatten.

- o Lichte huishoudelijke bezigheden zijn toegestaan, echter niet zwaar tillen.
- o Ga op tijd rusten, luister naar uw lichaam.

Sterilisatie d.m.v. kijkoperatie

- o Doe het de eerste dagen rust aan. Daarna kunt u uw activiteiten weer rustig oppakken.
- o Niet werken in de week van de operatie. Daarna kunt u uw werkzaamheden weer hervatten als u zich goed voelt.

- o Lichte huishoudelijke bezigheden zijn toegestaan.
- o Ga op tijd rusten, luister naar uw lichaam.

Curettag

- o Doe het de eerste dagen rust aan. Daarna kunt u uw activiteiten weer rustig oppakken.
- o U kunt uw werkzaamheden hervattten zodra u zich hiertoe in staat voelt.

- o Lichte huishoudelijke bezigheden zijn toegestaan.
- o Ga op tijd rusten, luister naar uw lichaam.

Hysteroscopie

- o Doe het de eerste dagen rustig aan. Daarna kunt u uw activiteiten weer oppakken.
- o U kunt uw werkzaamheden weer hervatten zodra u zich hiertoe in staat voelt.

- o Lichte huishoudelijke bezigheden zijn toegestaan.
- o Ga op tijd rusten, luister naar uw lichaam.

Belangrijk om te weten:

Roken heeft een slechte invloed op de wondgenezing en is slecht voor uw gezondheid en herstel. Als u rookt is het verstandig om te stoppen met roken. Wanneer u hulp wilt bij het stoppen met roken dan kan dit via de 'stop-met-roken poli' van het Ikazia Ziekenhuis. Neem hiervoor contact op met de verpleegkundige van de afdeling tijdens uw opname. Na uw ontslag kunt u contact opnemen met de polikliniek Gynaecologie. Stivoro biedt ook cursussen aan om u te ondersteunen bij het stoppen met roken

Nuttige adressen/ websites/ lotgenotencontact

- Informatie Centrum Gynaecologie (ICG) | www.icgynaecologie.nl



Let op: In deze folder staat informatie die belangrijk is voor u. Heeft u moeite met de Nederlandse taal? Lees deze folder dan samen met iemand die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

Please note: This leaflet contains information that is important for you. If you have trouble understanding the Dutch language, you should read this leaflet together with someone who can explain the information or translate it for you.

Dikkat: Bu broşür sizin için önemli bilgiler içerir. Hollandaca okumakta zorlanıyor musunuz? O zaman broşürü bilgileri sizin için çeviren ya da açıklayan biriyle okuyun.

Uwaga: Ta ulotka zawiera ważne dla Ciebie informacje. Masz trudności ze zrozumieniem języka holenderskiego? Przeczytaj tę ulotkę razem z kimś, kto przetłumaczy jej treść lub będzie w stanie wyjaśnić zawarte w niej informacje.

انتبه: هناك معلومات مهمة بالنسبة لك في هذا المنشور. هل تواجه صعوبة في اللغة الهولندية؟ اقرأ إذن هذا المنشور مع شخص آخر يترجم أو يشرح لك المعلومات.