

Ontslagadviezen na verzakingsoperaties

Adviezen voor thuis

- Als uw behandeling onder narcose heeft plaatsgevonden, is het raadzaam op de dag van de behandeling licht verteerbaar te eten. De volgende dag kunt u weer gewoon eten en drinken.
- Douchen mag.
- Niet baden en/of zwemmen gedurende vaginaal bloedverlies.
- U kan gedurende 6 weken wat vaginaal bloedverlies hebben.
- 6 weken geen tampons gebruiken.
- Hechtingen in de schede lossen vanzelf op.
- De eerste 1 tot 2 weken moet u teveel druk op de wond vermijden. Dus niet tillen, niet persen (constipatie vermijden), geen forse inspanning leveren, niet hoesten.
- 6 weken geen zwaar huishoudelijk werk verrichten.
- Licht huishoudelijk werk zoals koken en afwassen kunt u 2 weken na de operatie weer geleidelijk oppakken.
- Vermijd tot 6 weken na de operatie het tillen van spullen van meer dan 10 kilo.
- 4 weken niet fietsen (na 3 weken mag u wel weer rustig op een hometrainer fietsen)
- Autorijden op eigen inzicht (meestal na 2-4 weken)
- 3 maanden geen zware sporten doen met hoge buikdruk (hardlopen, springen en fitness)
- 6 weken geen geslachtsgemeenschap.
- Ontlasting moet soepel blijven. U krijgt, indien nodig, een recept voor laxeermiddel mee naar huis.
- De eerste 3 dagen na de operatie gebruikt u de medicatie, die u vanuit het ziekenhuis heeft meegekregen. Daarna mag u bij pijnklachten 3 tot 4 x daags 2 tabletten paracetamol à 500 mg innemen.

Neem contact op bij:

- Toenemende pijnklachten die niet verminderen na het innemen van pijnstillers.
- Temperatuur boven 38,0 °C.
- Toenemende roodheid, zwelling of vochtverlies bij de wond.
- Toenemend verlies van helderrood bloed.
- Blaasklachten of pijn bij plassen.
- Pijn in de flank (zijkant van de rug / buik)

De informatie in deze folder is van algemene aard en is bedoeld om u een beeld te geven van de zorg en voorlichting die u kunt verwachten. In uw situatie kunnen andere adviezen of procedures van toepassing zijn. Deze folder is dan ook slechts een aanvulling op de specifieke (mondelinge) voorlichting van uw specialist of behandelaar.

Heeft u vragen:

- **Op de dag van opname** kunt u tot 19.00 uur contact opnemen met de Dagbehandeling: 040 - 888 92 80.
- **Tussen 19.00 en 08.30 uur** kunt u contact opnemen met de Verloskamers: 040 - 888 95 51.
- **Na de dag van opname** kunt u contact opnemen met de polikliniek: Gynaecologie: 040 - 888 83 80.