

# Leefregels na een gynaecologische ingreep

U heeft een gynaecologische ingreep op de dagbehandeling ondergaan. Hieronder zijn een aantal leefregels beschreven.

## Pijnbestrijding

Thuis kunt u bij pijn paracetamol gebruiken (tot maximaal 4x per dag 1000mg). Soms heeft uw behandelend arts u nog extra medicatie voorgeschreven tegen de pijn. U krijgt hiervoor dan een recept mee. U kunt de pijnstilling afbouwen afhankelijk van de pijn.

## Wond

Bij sommige operaties ( Bartholinische cyste of laproscopie) heeft u hechtingen gekregen. Deze lossen vanzelf op, zo niet dan worden deze op de poli verwijderd.

## Douchen

Na de operatie mag u na 24 uur douchen. Bij het verwijderen van een Bartholinische cyste is het aan te raden om tweemaal daags te douchen en de wond goed droog te deppen of droog föhnen. De wondjes genezen bij deze operatie meestal tussen de 2-4 weken.

## Werken

Na 24 uur mag u uw dagelijkse werkzaamheden hervatten. Luister goed naar uw lichaam en neem rust wanneer dit nodig is

## Bloedverlies

In het begin kan u helderrood bloedverlies hebben, dit moet in de loop van de weken afnemen. Zolang er bloedverlies is geen tampons gebruiken of geslachtsgemeenschap hebben. Na 4 weken is dit weer toegestaan onafhankelijk van het bloedverlies.

U mag weer zwemmen of in bad als het bloedverlies is gestopt.

## Sporten

Bij operaties aan de baarmoederhals (zoals lis ablatio of conisatie) mag u na een week weer sporten. Maar luister goed naar uw eigen lichaam.

Bij andere operaties mag u direct sporten maar geldt ook, luister goed naar uw lichaam. Als u wondjes heeft kunnen deze wat pijnlijker worden.

## Antistolling

Heeft u voor uw opname bloed verdunnende medicijnen (Marcoumar, Sintrom, Ascal, Plavix, Persantin) of Directe Orale Anticoagulantia ((DOAC's) Apixaban, Edoxaban, Dabigatran of Rivaroxaban) gebruikt en zijn deze met reden gestopt, dan

bepaald de hoofdbehandelaar wanneer u deze weer mag herstarten.

## Contact

Neem contact op met de polikliniek Gynaecologie:

- Bij toenemende koorts 38,5 of hoger.
- Als u meer bloed verliest dan bij een normale menstruatie.
- De pijn alsmear heviger wordt ondanks de pijnstilling.

Bij problemen of vragen kunt u bellen met de Polikliniek Gynaecologie

- Polikliniek Gynaecologie: 079-3462589 (werkdagen 8.00 – 16.30 uur)
- Spoedeisende Hulp: 079-3462539 (overige uren)

U krijgt een afspraak mee voor controle op de polikliniek of een belafpraak.

---

## Wat vindt u van deze patiënteninformatie?

Wij horen graag uw mening over deze folder. Wilt u na het lezen enkele vragen beantwoorden? U vindt de vragen via deze link: <https://folders.hagaziekenhuis.nl/2228>. Dank u wel.

## **Spreekt u geen of slecht Nederlands?**

De informatie in deze folder is belangrijk voor u. Als u moeite heeft met de Nederlandse taal, zorg dan dat u deze folder samen met iemand leest die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

## **Do you speak Dutch poorly or not at all?**

This brochure contains information that is important for you. If you have difficulty understanding Dutch, please read this brochure with someone who can translate or explain the information to you.

## **Czy Państwa znajomość języka niderlandzkiego jest żadna lub słaba?**

Informacje zawarte w tym folderze są ważne dla Państwa. Jeśli język niderlandzki sprawia Państwu trudność, postarajcie się przeczytać informacje zawarte w tym folderze z kimś, kto może Państwu je przetłumaczyć lub objaśnić.

## **Hollandaca dilini hiç konuşamıyor musunuz veya kötü mü konuşuyorsunuz?**

Bu broşürdeki bilgi sizin için önemlidir. Hollandaca dilinde zorlanıyorsanız, bu broşürü, size tercüme edecek ya da açıklayacak biriyle birlikte okuyun.

إذا كنتم لا تتحدثون اللغة الهولندية أو تتحدثونها بشكل سيء إن المعلومات الموجودة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم. إذا كانت لديكم صعوبة في اللغة الهولندية، فاحرصوا عندئذ على قراءة هذا المنشور مع شخص يترجم المعلومات أو يشرحها لكم.

530525092023