

Leefregels na het verwijderen van de baarmoeder via een kijkoperatie (laparoscopische hysterectomie)

U hebt onlangs een verwijdering van de baarmoeder ondergaan via een kijkoperatie en mag naar huis. Om het herstel na de behandeling te bespoedigen, is het belangrijk dat u weet, wat u te wachten staat als u weer thuis komt. Daarom zijn er leefregels waarmee u rekening dient te houden.

Algemene leefregels en instructies

- **Conditie**

Het kan zijn, dat u zich sneller moe voelt en dat u minder aan kan dan verwacht. U kunt het beste toegeven aan de moeheid en extra rust nemen.

- **Buikpijn**

U kunt direct na de ingreep wat last hebben van buikkrampen. Ook kunt u last hebben van pijn tussen de schouderbladen, dit gaat vanzelf over en komt door het gas, waarmee uw buik is gevuld tijdens de operatie. Hiervoor mag u Paracetamol max 4 x 1000mg per dag nemen. Bij buikpijn, die langer dan twee dagen aanhoudt en/of heviger wordt, moet u contact opnemen met de verpleegafdeling .

- **Tillen/ Diep bukken**
Gedurende 6 weken mag u niet sjouwen met boodschappentassen of andere zware dingen. Lichte werkzaamheden kunt u geleidelijk aan weer doen. Zware lichamelijke inspanning tot na de controle niet verrichten.
- **Stoelgang**
Voorkom obstipatie, door vezelrijke voeding en voldoende te drinken
- **Hechtingen**
De hechtingen zijn oplosbaar. Wanneer u er last van heeft, kunt u ze na 1 week bij de huisarts laten verwijderen.
- **Sporten**
Gedurende 6 weken niet.
- **Douchen/baden**
Gedurende 6 weken niet in bad. Douchen mag dagelijks.
- **Autorijden**
Indien u zich goed voelt mag u autorijden. Informeer bij uw verzekeraar wat toegestaan is.
- **Werken**
In afstemming met uw werkgever.
- **Afscheiding**
U kunt nog wat bloed of bruine afscheiding verliezen, bloedverlies max. 2 weken, de bruine afscheiding kan tot 6 weken duren. Houdt dit toch langer aan, neem dan contact op met de polikliniek en/of de verpleegafdeling. Gebruik in deze periode geen tampons.

- **Geslachtsgemeenschap**

6 weken onthouding.

- **Koorts**

In geval van koorts van meer dan 38 graden langer dan 24 uur moet u contact opnemen met de polikliniek en/of verpleegafdeling.

Luister naar uw lichaam. Stop als u moe wordt. Gun uzelf rust

Contact

Zijn er problemen of vertrouwt u iets niet, neem contact op:

- Op werkdagen tussen 8.30-16.30 met de polikliniek
Gynaecologie 079-346 25 89
- Bij spoed buiten kantooruren 079-346 26 26 en vraag naar de dienstdoende SEH arts.

Wanneer bellen?

Bij aanhoudende pijn/buikpijn Bij aanhoudend en/of toenemend bloedverlies Bij plotseling optreden koorts boven de 38,5°C

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:

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.

531131072023