

Gynaecologie - ontslaginformatie na opname

Informatie voor thuis

U bent opgenomen geweest op verpleegafdeling A4 van het Maastricht UMC+ (MUMC+), na een operatie/behandeling. In dit blad geven wij u instructies over de nazorg thuis en wat u moet doen bij lichamelijke klachten.

Het kan zijn dat de arts andere afspraken met u maakt, die afwijken van deze aanwijzingen. In dat geval moet u de afspraken met de arts opvolgen.

De wond

Normaal gesproken sluit een operatiewond binnen 24 uur. Het is dan ook niet nodig om deze af te dekken met een pleister. Als er toch nog vocht uit de wond komt, is het verstandig om de wond te verbinden met een pleister of gaasje.

In het huidgebied rondom de wond kan gevoelloosheid optreden. Dit komt doordat de zenuwtakjes zijn doorgesneden. Het kan lang duren voordat het gevoel weer hersteld is.

Er kan een ontsteking (infectie) van de wond optreden. Een infectie is te herkennen aan roodheid van het wondgebied, zwelling, verhoogde lichaamstemperatuur en vorming van pus. Mocht zich dit voordoen dan kunt u naar de huisarts gaan of contact opnemen met de verpleegkundig specialist of uw behandelend specialist.

Houd er rekening mee dat u rustig aan doet tot aan de eerste controle. Zie ook de verdere informatie in dit blad.

Bescherm de wond tegen de zon!

Hechtingen

De wond is gehecht met oplosbare hechtingen. Deze hoeven niet verwijderd te worden. Uitstekende draadjes kunnen met een gewone schaar afgeknipt worden. Mogelijk zitten er nog bruine steunpleistertjes (steri-strips) op de wond. Deze laten in de loop van de week los.



Als de wond met agraves (nietjes) gehecht is, worden de hechtingen op de polikliniek verwijderd. U krijgt van de afdeling een afspraak mee voor controle op de polikliniek Gynaecologie of de polikliniek Oncologie. Het kan ook zo zijn dat u verwezen wordt naar uw huisarts om de hechtingen te laten verwijderen.

Vloeien

Vaginaal bloedverlies na een operatie is normaal, maar moet geleidelijk aan afnemen. Als het bloedverlies toeneemt neemt u contact op met de verpleegkundig specialist of met uw behandeld arts. Wanneer bij u de baarmoeder verwijderd is, is het normaal dat na 5-7 dagen wat meer bloedverlies optreedt. Dit komt doordat de inwendige hechtingen oplossen. Dit bloedverlies is te vergelijken met een wat heftigere menstruatie. Indien het bloedverlies na 3-4 dagen niet minder wordt, of juist toeneemt, neemt u met de verpleegkundig specialist of uw behandeld arts.

U mag geen tampons gebruiken.

Douchen en baden

U mag douchen, tenzij de arts iets anders met u heeft afgesproken. Zorgt u er wel voor dat u de wond na het douchen weer goed droogdept met een schone handdoek. We raden u af om in een ligbad te gaan tot 2 weken na de operatie of zolang u blijft vloeien. Dit kan er namelijk voor zorgen dat de wond zacht wordt en stuk gaat (verweken).

Vermoeidheid

In het ziekenhuis heeft u misschien het gevoel gehad dat u tot heel wat in staat bent, maar eenmaal thuis valt dat in het begin tegen. U bent sneller moe en kunt minder aan dan u dacht. Het beste kunt in het begin toegeven aan de moeheid en extra rust nemen. Uw lichaam geeft aan wat u wel en niet aankunt en het is belangrijk dat u daarnaar luistert. Indien de vermoeidheid blijft bestaan, bespreek dit dan met uw verpleegkundig specialist of behandelend arts. Kijk ook eens op:

<https://oncologie.mumc.nl/ondersteunende-zorg/vermoeidheid-en-kanker>

Werken, sporten en autorijden

Het kan zijn dat u zich de eerste dagen thuis nog niet zo lekker en fit voelt. Dit komt omdat u narcose of verdoving heeft gehad. U mag niet zwaar tillen en geen zwaar werk doen. Fietsen en autorijden mag zodra u geen pijn meer heeft bij het bewegen.

Na vier weken mag u weer starten met sporten. Ook hierbij geldt het advies te luisteren naar wat uw lichaam zelf als grens aangeeft.

Huishoudelijk werk

U mag licht huishoudelijk werk doen, zoals stoffen, afwassen en koken, maar niet meer dan u aankunt. Ook hier geldt: Uw lichaam geeft aan wat u wel en niet aankunt en het is belangrijk dat u daarnaar luistert.

Seksualiteit

Seks is niet toegestaan zolang er sprake is van vaginaal bloedverlies. Na een baarmoederverwijdering of een operatie in de schede en sommige andere ingrepen geldt er zes weken onthouding. Uw verpleegkundig specialist of behandelend arts vertelt u hier meer over.

Ontlasting

Als gevolg van de operatie zijn de darmen stil komen te liggen. Omdat u minder beweegt dan normaal, is er een grotere kans op obstipatie ('verstopping'). Om dit te voorkomen, is het aan te raden om 1-1½ liter water extra te drinken en regelmatig te bewegen.

Werkhervatting

De periode van herstel kan van vrouw tot vrouw sterk variëren. In het algemeen wordt een periode van vier tot zes weken aangehouden. De lengte van de periode tot werkhervatting hangt natuurlijk ook af van het soort werk dat u doet.

Problemen die thuis voor kunnen komen

- Aanhoudende pijnklachten, sterker dan menstratiepijn, die niet verdwijnen na het innemen van pijnstillende medicatie.
- Aanhoudende temperatuurverhoging boven 38 graden.
- Toenemende roodheid, zwelling, vochtverlies bij de wond
- Nabloeding



Contact

Wanneer u thuis problemen ondervindt, of nog vragen hebt kunt u contact opnemen. Heeft u een afspraak meegekregen voor de polikliniek Gynaecologie dan belt u tijdens kantooruren:

043-387 48 00

Heeft u een afspraak meegekregen voor de polikliniek Oncologie dan belt u tijdens kantooruren:

043-387 64 00

Buiten kantooruren en in het weekend belt u met de verloskamer gynaecologie (=spoedsein gynaecoloog)

043-387 62 40

Verpleegafdeling A4:

043-387 44 10

Websites

- www.gynaecologie.mumc.nl
- www.oncologie.mumc.nl