

Richtlijnen na verwijdering baarmoeder en/of eierstokken via een buikoperatie

Inleiding

U heeft een operatie ondergaan waarbij de baarmoeder en/of eierstokken via een buikoperatie zijn verwijderd. In medische termen wordt dit ook wel abdominale uterus extirpatie en/of adnexextirpatie genoemd.

De eerste dagen na de ingreep

Als u onder algehele narcose bent geweest adviseren wij u, de eerste dagen het volgende:

- blijf thuis;
- rust veel;
- gebruik kleine licht verteerbare maaltijden;
- gebruik geen alcohol;
- rijd geen auto, motor of (brom)fiets;
- hanteer geen scherpe voorwerpen.

Uw concentratie- en beoordelingsvermogen kunnen verminderd zijn na de narcose.

Regelmatig komen keelpijn en spierpijn voor na de operatie. Dit is normaal en gaat meestal vanzelf over. Tevens kan het zijn dat u nog enige tijd na de operatie snel vermoeid bent.

Pijn

Enige pijn in de buik is normaal. Voor de pijn kunt u zo nodig paracetamol 500 mg gebruiken, maximaal 3000mg per dag. Soms krijgt u nog extra pijnstilling mee naar huis.

Bloedverlies

Het is normaal dat u de eerste tijd twee weken nog wat vaginaal bloedverlies

heeft. Gebruik maandverband (geen tampons!) om dit op te vangen.

Hechtingen

De hechting lost vanzelf op. In sommige gevallen, worden niet-oplosbare hechtingen (nietjes) gebruikt. Deze worden meestal op dag 7 verwijderd door de huisarts. De verpleegkundige spreekt dit nader met u af.

Ontslag

Als alles goed is, kunt u op de derde dag na de operatie naar huis.

Douchen

U mag thuis gewoon douchen en daarna kunt u de wond droog laten.

Thuis

Thuis moet u de eerste weken nog rustig aan doen. Het herstel duurt meestal 4-6 weken.

- Vermijd de eerste vier weken zwaar tillen en/of bukken. Na ongeveer vier weken mag u ongeveer 10 kg tillen.
- Tillen en bukken zijn bewegingen waarbij u de bekkenbodemspieren of buikspieren flink aanspant.
- De eerste vier tot zes weken mag u niet fietsen.
- De eerste drie tot vier weken mag u niet autorijden.
- Zolang u bloed verliest is het niet verstandig om in bad te gaan of te zwemmen.
- Seksuele gemeenschap is niet toegestaan, totdat u voor controle bij de gynaecoloog bent geweest.

- Het kan zijn dat u een toename in opvliegers ervaart na het verwijderen van de eierstokken. Bij klachten kunt u dit bij nacontrole bespreken met uw gynaecoloog.

Controle

Als alles goed blijft gaan komt u na zes weken op de polikliniek voor controle of krijgt u een telefonische afspraak voor de nacontrole.

Wanneer contact opnemen?

In de volgende situatie moet u contact opnemen met het ziekenhuis:

- overmatig bloedverlies;
- temperatuur hoger dan 38,5;
- niet te onderdrukken pijn.

Vragen en problemen

Als u na thuiskomst nog vragen heeft of onverwachte klachten krijgt, dan kunt u altijd de afdeling Kliniek Boven of de Polikliniek Gynaecologie bellen. Het algemene telefoonnummer van het ziekenhuis is 020 - 755 7000.

Tenslotte

Deze patiënteninformatie is gebaseerd op een gemiddeld herstel na de operatie. Het is mogelijk dat uw herstel anders verloopt.

Opmerkingen over deze folder

Ontbreekt er informatie in deze folder of is iets onduidelijk beschreven, dan horen wij dat graag. U kunt uw opmerkingen doorgeven via voorlichting@zha.nl

Aandachtspunten voor (verzorging) thuis

Volg de instructie van de verpleegkundige, de aangekruiste helpen als geheugensteun.

Lichamelijke activiteiten hervatten

- Normaal zoals gebruikelijk
- Mag lopen
- Licht belasten _____
- Niet sporten _____ gedurende: _____
- Douchen _____
- Bad _____

Extra (oefeningen) doen

- _____
- Beslist niet doen: _____

Werkzaamheden hervatten als u daartoe in staat bent

- Ja, u mag dit zelf bekijken
- Nee voorlopig niet _____ gedurende: _____
- Werkzaamheden aanpassen: _____

Voeding

- Normaal (licht verteerbaar)
- Zacht dieet: _____ gedurende: _____
- Vloeibaar: _____
- _____

Wondverzorging en behandeling

- Verband verwijderen na: _____
- _____
- _____

Innemen voorgeschreven pijnmedicatie

- Zoals voorgeschreven en aan u geïnformeerd
- Volgens meegegeven recept
- _____

Overige (eigen) medicatie

- N.v.t.
- Gewoon doorgaan en hervatten
- Aanpassen en/of extra medicatie _____

In de volgende situaties moet u contact opnemen met het ziekenhuis:

- **Nabloeden**
- **Overmatig bloedverlies**
- **Bij temperatuur hoger dan 38,5 °C**
- **Bij niet te onderdrukken pijn**
- **Erge zwelling van operatiegebied**