

Leefregels na een operatie bij endometriose

U heeft een operatie gehad, omdat u endometriose heeft. Bij endometriose zit er weefsel dat lijkt op baarmoederslijmvlies buiten uw baarmoeder. Tijdens de operatie hebben we dit weefsel weggehaald. Voor een goed herstel zijn een aantal leefregels belangrijk.

Wond

Het duurt ongeveer 6 weken totdat uw wond helemaal genezen is.

Bloedverlies en afscheiding

U kunt nog wat bloed of bruine afscheiding verliezen na de operatie.

- Bloed verliezen is normaal tot 2 weken na de operatie.
- Bruine afscheiding is normaal tot 6 weken na de operatie.

Katheter

Bent u met een blaaskatheter naar huis gegaan? Dan gaat u thuis verder met de blaastraining. U krijgt hierover uitleg van de verpleegkundige.

Leefregels

Nat worden

- U mag niet in bad en niet zwemmen tot de controle op de polikliniek.
- U mag wel douchen. Maar gebruik de eerste 2 weken geen zeep op de wond.

Dit is belangrijk om infecties te voorkomen.

Tampons

U mag de eerste 6 weken na de operatie geen tampons gebruiken.

Autorijden

U mag na 6 weken weer autorijden als u:

- zonder pijn kunt bewegen,
- niet meer duizelig bent,
- en geen medicijnen gebruikt die invloed hebben op de rijvaardigheid.

Bewegen en sport

- Het is belangrijk dat u beweegt. Beweging zorgt dat de kans op trombose lager is. Bij trombose raakt een bloedvat verstopt door een bloedprop. U kunt bijvoorbeeld

wandelen. Wandelen is een goede vorm van beweging.

- Houd er rekening mee dat uw conditie erg verminderd is na de operatie. Probeer dit rustig weer op te bouwen.

De eerste 6 weken na de operatie gelden deze leefregels:

- U mag geen zwaar huishoudelijk werk doen. Bijvoorbeeld stofzuigen, dweilen of bedden opmaken.
- U mag niet zwaar tillen (niet meer dan 5 kilo). Til bijvoorbeeld geen zware boodschappen.
- U mag niet fietsen en sporten.

Geslachtsgemeenschap

De eerste 6 weken na de operatie mag u geen geslachtsgemeenschap hebben. Tenzij de arts iets anders met u heeft afgesproken. Geslachtsgemeenschap in de eerste 6 weken kan zorgen voor infecties van de wond en een slechte genezing van de wond.

Nabehandeling

De eerste weken na de operatie heeft u een hoger risico op trombose. Bij trombose raakt een bloedvat verstopt door een bloedprop. Daarom moet u de eerste 4 weken na de operatie het medicijn fraxiparine bij uzelf inspuiten. Dit maakt uw risico op trombose kleiner.

Wanneer contact opnemen?

Heeft u last van één van de klachten hieronder? Bel dan naar de kliniek Gynaecologie/Urologie.

- U krijgt plotseling koorts boven de 38,5°C.
- Uw wond gaat open.
- Er komt veel vocht of pus uit de wond.
- Uw wond is dik en rood.
- U heeft stinkende afscheiding.
- U kunt niet plassen.
- U heeft pijn of een branderig gevoel bij het plassen.
- U heeft steeds meer bloedverlies uit uw vagina.

Contact

Telefoonnummer kliniek Gynaecologie/Urologie: (010) 703 33 46