

Leefregels na een kijkoperatie 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 en pijn

- De eerste paar dagen tot 2 weken kunt u nog last hebben van bloedverlies uit uw vagina. Dit komt door de wondjes aan de binnenkant van uw lichaam.
- Pijn in de buik en schouder is normaal. De pijn in de schouder is een uitstralende pijn.
- We hebben oplosbare hechtingen gebruikt. Dat betekent dat ze vanzelf oplossen. Kunt u de hechtingen 3 weken na de operatie nog zien? En heeft u er last van? Dan kunt u ze laten weghalen bij uw huisarts.
- Zitten er nog pleisters op de wond? Dan mag u deze 48 uur na de operatie weghalen.

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.

- U mag de eerste 2 weken niet fietsen en sporten.
- Verder zijn er geen activiteiten die u niet mag doen. Als u zich goed voelt, kunt u binnen 1 of 2 weken weer uw normale activiteiten en werk doen.

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.

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.
- De wondjes zijn 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.
- U heeft steeds meer last van pijn.

Contact

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