

## Hysteroscopie, leefregels

*U bent geopereerd in Meander Medisch Centrum. Er is een hysteroscopie bij u gedaan. Hierbij kijkt de gynaecoloog met een dun buisje in uw baarmoeder en haalt daar zo nodig wat weefsel weg. Uw gynaecoloog of verpleegkundige heeft u ongetwijfeld een aantal leefregels/aandachtspunten gegeven voor als u weer naar huis gaat. In deze folder kunt u de belangrijkste zaken nog eens rustig nalezen. Het is goed daarbij te bedenken dat het gaat om algemene informatie: omstandigheden en ervaringen kunnen van patiënt tot patiënt verschillen. We vertellen u aan welke zaken u moet denken, wat u beter wel of niet kunt doen en wie u kunt bellen als u dringende vragen heeft.*

### Naar huis

#### Wanneer mag u het ziekenhuis verlaten?

Na de operatie mag u in principe dezelfde dag weer naar huis.

#### Vervoer

Wij adviseren u om niet zelfstandig naar huis te gaan. U kunt familie of een kennis vragen om u op te halen.

#### Medicijnen mee

Indien u medicijnen krijgt voorgeschreven, kunt u deze ophalen bij de Meander Apotheek of bij uw eigen apotheek.

#### Informeren huisarts

Uw gynaecoloog informeert de huisarts of behandelaar over uw behandeling en de nazorg.

### Controle en/of nabehandeling

De gynaecoloog heeft met u gesproken over een eventuele controle of nabehandeling. Voor de controle wordt een afspraak gemaakt op de polikliniek Gynaecologie. De verpleegkundige bespreekt met u welke afspraken voor u gemaakt zijn.

### Wat mag u wel en niet doen na de operatie?

#### Algemene leefregels

Het is belangrijk dat u luistert naar wat uw lichaam aangeeft! Vaak bent u sneller moe en kunt u minder aan dan u dacht. Geef dan toe aan de behoefte om een middagdutje te doen en/of 's avonds vroeg te gaan slapen. Te hard van stapel lopen heeft vaak een averechts effect.

[www.meandermc.nl](http://www.meandermc.nl)  
[mijn.meandermc.nl](http://mijn.meandermc.nl)

Meander Medisch Centrum  
Maatweg 3  
3813 TZ Amersfoort

Locatie Baarn  
Molenweg 2  
3743 CM Baarn

Locatie Barneveld  
(Medisch Centrum de Burgt)  
Nederwoudseweg 17  
3772 TD Barneveld

Locatie Leusden  
(Medisch Centrum de Mulderij)  
De Mulderij 2  
3831 NV Leusden

Locatie Nijkerk  
(De Nije Veste)  
Oranjelaan 104  
3862 CX Nijkerk

**Postadres:**  
Postbus 1502  
3800 BM Amersfoort

**Telefoonnummers:**  
Algemeen: 033 – 850 50 50  
Afspraken: 033 – 850 60 70

**KvK Gooi en Eemland:**  
32082917

---

### Activiteiten

Houdt u er rekening mee dat de operatie, ook al is deze in dagbehandeling uitgevoerd, invloed heeft op uw lichamelijke conditie. Probeer uw activiteiten rustig op te bouwen, iedere dag iets meer. U voelt zelf wel wanneer u rustiger aan moet doen.

### Vaginaal bloedverlies

U kunt tot 2 weken na de ingreep nog last hebben van vaginaal bloedverlies. Dit kan stoppen en zo weer beginnen.

### Seksualiteit

Gedurende de eerste 2 weken kunt u nog vaginaal bloedverlies verwachten. Zolang dit bloedverlies aanhoudt mag u geen geslachtsgemeenschap hebben. Dit in verband met de kans op infectie.

### Roken

Wij adviseren u pas te roken als u weer thuis bent na het ziekenhuis. Na de ingreep kunt u onwel worden van de eerste sigaret.

Roken in het algemeen beïnvloedt de wondgenezing nadelig.

## Speciale instructies

### Mobiliteit/activiteiten

- Algemeen  
U mag na de ingreep alles weer hervatten.

### Lichamelijke verzorging

- Douchen en baden  
U mag gerust douchen. U mag weer in bad als het vaginaal bloedverlies gestopt is.
- Zwemmen/sauna  
In verband met infectiegevaar mag u gedurende 2 weken niet zwemmen of in een sauna.
- Gebruik van tampons  
Met het gebruik van tampons moet u wachten tot het vaginaal bloedverlies helemaal over is.

### Medicijnen

Indien nodig mag u tot maximaal 4 keer per dag 2 tabletten paracetamol van 500 mg innemen, om de 6 uur.

### Nabelronde

De dag na de ingreep wordt u door de verpleegkundige gebeld om te vragen of er nog bijzonderheden zijn.

## Wie kunt u bellen als u thuis bent en er is iets mis?

Maakt u zich zorgen of heeft u andere problemen als gevolg van het onderzoek/de behandeling, dan kunt u bellen met uw specialist in het ziekenhuis.

Bij een **meerdaagse opname** geldt:

- Tot één week na het onderzoek/de behandeling belt u het ziekenhuis via 033 – 850 50 50.
  - Vraagt u **tijdens kantooruren** (8.00 - 17.00 uur) naar de polikliniek van het betreffende specialisme.
  - Vraagt u **buiten kantooruren** (17.00 - 8.00 uur) naar verpleegafdeling van het betreffende specialisme.

Bij een **behandeling in dagopname** geldt:

- Tot één week na het onderzoek/de behandeling belt u het ziekenhuis via 033 – 850 50 50.
  - Vraagt u **tijdens kantooruren** (8.00 - 17.00 uur) naar de polikliniek van het betreffende specialisme.
  - Vraagt u **buiten kantooruren** (17.00 - 8.00 uur) naar de Spoedeisende Hulp.

Bij problemen meer dan een week na ontslag neemt u eerst contact op met uw huisarts of met de Huisartsenpost, tenzij anders is afgesproken met de specialist.

## Vragen

Heeft u nog vragen over uw operatie, stelt u deze dan op uw controleafspraak aan de gynaecoloog. Het is verstandig uw vragen van tevoren op te schrijven. Dan weet u zeker dat u niets vergeet.

1. \_\_\_\_\_ ?
2. \_\_\_\_\_ ?
3. \_\_\_\_\_ ?
4. \_\_\_\_\_ ?
5. \_\_\_\_\_ ?
6. \_\_\_\_\_ ?