

## Leefregels na een sterilisatie (man)

*U bent gesteriliseerd in Meander Medisch Centrum. Uw uroloog of verpleegkundige heeft u ongetwijfeld een aantal leefregels/aandachtspunten gegeven voor als u weer naar huis gaat. In deze brief kunt u de belangrijkste zaken nog eens rustig nalezen. Het is daarbij goed te bedenken dat het gaat om algemene informatie: omstandigheden en ervaringen van patiënten 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

#### Vervoer

Een familielid of kennis kan u ophalen. Na uw verblijf in het ziekenhuis is het niet verstandig zelf auto te rijden of te fietsen.

#### Overdracht naar huisarts

Uw behandelend arts informeert uw huisarts of andere behandelaar over uw operatie. Hij/zij zal uw huisarts op de hoogte stellen van uw behandeling en de nazorg.

### Spermacontrole/vervolgafspraak

U krijgt na de ingreep een afspraak mee voor een controle van uw sperma. Deze controle is over ongeveer over drie maanden op de polikliniek urologie. U krijgt een potje mee om het sperma in op te vangen voor het onderzoek. In het begeleidende formulier staat hoe u moet handelen.

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

#### Algemene leefregels

De operatie heeft invloed op uw lichamelijke conditie. Wij adviseren u om goed naar uw lichaam te luisteren en uw activiteiten rustig op te bouwen. U voelt zelf wel wanneer u het rustiger aan moet doen.

Sporten en fietsen mag dus wel, maar rustig aan opbouwen.

### Lichamelijke verzorging en wondverzorging

De hechtingen lossen vanzelf op. U mag meteen douchen. De eerste 2 dagen niet baden of zwemmen.

#### Medicijnen

Wij adviseren u om bij pijn tot vier keer per dag twee tabletten Paracetamol van 500 mg in te nemen, dus iedere 6 uur. Indien nodig krijgt u een recept voor extra medicijnen mee. Deze medicijnen kunt u ophalen bij de Meander Apotheek of bij uw eigen apotheek.

#### Specifieke aandachtspunten

Uw scrotum kan opzwellen en verkleuren na de operatie.

Wij adviseren u om de eerste dagen na de operatie een strakke onderbroek te dragen.

Seksuele activiteiten mogen wel, maar kunnen gevoelig of pijnlijk zijn. U moet nog

#### Bezoekadressen:

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

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

voorbehoedsmiddelen gebruiken tot de uitslag van het spermaonderzoek bekend is.

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

Wanneer binnen 24 uur na de operatie de wond(jes) gaan bloeden of wanneer u koorts krijgt boven de 38,0 graden Celsius of indien u andere klachten krijgt die verband houden met uw operatie, adviseren wij u contact op te nemen met het ziekenhuis via het algemene nummer: 033-8505050

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.

### **Ruggenprik**

Wanneer u een ruggenprik heeft gehad en u hoofdpijn blijft houden, die niet weg gaat na het innemen van pijnstillers, mag u contact opnemen met de afdeling waar u opgenomen was.

### **Vragen**

Heeft u nog vragen over uw operatie, stelt u deze dan op uw controle-afspraak aan uw chirurg. Het is verstandig uw vragen van tevoren op te schrijven. Dan weet u zeker dat u niets vergeet.

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

### **Website**

Op [www.meandermc.nl](http://www.meandermc.nl) vindt u informatie over het ziekenhuis, behandelingen, onderzoeken en opname. Ook kunt u hier alle patiënten folders bekijken.

Wij wensen u een spoedig herstel.