

Schaamlippen, ingreep aan de, leefregels

U bent geopereerd in Meander Medisch Centrum. 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. 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 kunt 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 uw eigen apotheek.

Overdracht naar 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.

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.

Seksualiteit

Gedurende de eerste 2 weken mag u geen geslachtsgemeenschap hebben, vanwege risico op infectie en (opnieuw) bloed- of wondvochtverlies.

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

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

- Sporten mag pas na volledige wondgenezing, dit is na ongeveer 2-3 weken het geval. Dit geldt ook voor fietsen.

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 gestopt is.

Medicijnen

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

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

Als u weer naar huis gaat kan het zijn dat u last krijgt van:

- Vaginaal bloedverlies. U kunt tot 2 weken na de ingreep nog last hebben van vaginaal bloedverlies.
- Wondzorg. Onder de douche de wond goed schoonhouden. Na het urineren de vagina/wondjes spoelen met lauw water.

Het is prettig om de eerste dagen ijskompresen tegen de wondjes aan te leggen, totdat de zwelling weg is. Dit kunt u doen door natte maandverbandjes in de vriezer te leggen. Als ze bevroren zijn kunt u ze in een washandje wikkelen.

Het kan zijn dat u vette gazen mee krijgt om tegen de wondjes aan te leggen. Hier krijgt u mondeling uitleg over van de verpleegkundige, mits dit van toepassing is.

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 tijdens uw controle-afspraak aan de gynaecoloog. Het is verstandig uw vragen van tevoren op te schrijven. Dan weet u zeker dat u niets vergeet.

1. _____ ?
2. _____ ?
3. _____ ?