

## Novasure, leefregels

*U bent geopereerd in Meander Medisch Centrum. Behandeling met NovaSure bestaat uit een snelle, eenvoudige, eenmalige verwijdering van het baarmoederslijmvlies. Bij deze procedure wordt door middel van elektrische energie het slijmvlies van de baarmoeder verwijderd om zo de menstruatiebloedingen beter onder controle te krijgen. 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 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 voor thuis, dan zal de apotheek deze bij u komen brengen voordat u met ontslag gaat.

#### Overdracht naar huisarts

Uw gynaecoloog informeert uw huisarts schriftelijk. In deze brief stelt hij/zij de huisarts op de hoogte van uw behandeling.

### 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.

#### 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)

### **Vaginaal bloedverlies**

U kunt tot 2 weken na de ingreep last hebben van vaginaal bloedverlies. In de loop van de tijd gaat dit vaak over in een bruinige afscheiding. Dit kan in enkele gevallen langer aanhouden tot 5 à 6 weken.

Daarnaast kunt u enkele weken meer waterige afscheiding hebben dan normaal.

### **Seksualiteit**

Zolang u vaginaal bloedverlies heeft mag u vanwege kans op infectie, geen geslachtsgemeenschap hebben.

## **Speciale instructies**

### **Mobiliteit/activiteiten**

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 twee weken niet zwemmen of in een sauna.
- Gebruik van tampons  
Met het gebruik van tampons moet u wachten tot het bloedverlies helemaal over is.

### **Medicijnen**

U heeft een recept gekregen voor Tramadol 50 mg of 100 mg, hier mag u om de 12 uur 1 tablet van innemen. Indien nodig mag u naast de Tramadol tot maximaal vier keer per dag twee tabletten Paracetamol van 500 mg innemen, om de zes uur.

### **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.

## **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. \_\_\_\_\_ ?