

Adviezen na een operatie aan de baarmoeder bij verdenking op kanker



U heeft zojuist een operatie aan de baarmoeder ondergaan. Hierdoor kunt u nog niet zoveel doen. Door uw casemanager / het ziekenhuis bent u zo goed mogelijk voorbereid op de situatie thuis en heeft u adviezen meegekregen. De adviezen staan in deze folder vermeld.

Adviezen

Het is van groot belang dat u onderstaande adviezen na de operatie opvolgt voor een voorspoedig herstel.

Herstelperiode

De herstelperiode is bij iedere vrouw verschillend. In het algemeen duurt het zes weken voor u weer volledig hersteld bent. Het is verstandig als u voor deze periode hulp heeft geregeld van uw familie en/of kennissen. U kunt de eerst weken nog last hebben van spierpijn en pijn aan de schouders door het ingebrachte gas tijdens de operatie bij een Totale Laparoscopische Hysterectomie (TLH).

Bloedverlies

Na de ingreep kunt u nog enkele weken last houden van bloedverlies. Na verloop van tijd verandert dit in bruine afscheiding. Soms ontstaat er weer wat helderrood bloedverlies, omdat een inwendige hechting oplost. Dit is normaal. Als het bloedverlies meer is dan vroeger bij een normale menstruatie moet u contact opnemen met uw gynaecoloog. Met het oog op infectiegevaar en eventuele beschadiging van de inwendige wond adviseren wij u de eerste zes weken geen tampons te gebruiken.

Buikwond

Rondom de wond kan de huid anders aanvoelen of gevoelloos zijn. Dit komt omdat de huidzenuwen bij de operatie zijn doorgesneden. Het duurt vaak enkele maanden voordat dit zich heeft hersteld.

Ook kan zich nog wondpijn voordoen, met name in de hoeken van het litteken. Een mogelijk oorzaak is dat u zich op dat moment lichamelijk te veel heeft ingespannen. Deze klachten moeten na ongeveer drie weken over zijn. Wanneer dit niet het geval is, kunt u contact opnemen met de

polikliniek Gynaecologie voor overleg. Een enkele keer kan een wond na het verwijderen van de hechtingen een klein stukje open gaan en kan er wat wondvocht uit de wond komen. Dit is niet erg, de wond groeit vanzelf dicht.

Douchen

U mag douchen. Het is belangrijk om de wond goed schoon te houden, bijvoorbeeld door de wond onder de douche schoon te spoelen. Gebruik geen zalf en jodium op de wond. Als de wond dicht is en er is geen vaginale afscheiding meer, dan kunt u weer in bad en mag u zwemmen.

Plasproblemen

Er kunnen tijdelijk wat plasproblemen ontstaan, zoals het moeilijk kunnen ophouden van de urine. Dit komt doordat er is geopereerd in het gebied dichtbij de blaas en urineleiders.

Na de operatie is er een verhoogde kans op blaasontsteking. Daarom is het belangrijk dat u voldoende drinkt (één tot twee liter per dag). Als u pijn heeft bij het plassen en dit gaat niet over, dan is het raadzaam om de urine bij de huisarts te laten controleren.

Sporten

Sporten wordt de eerste zes weken afgeraden. U mag wel wandelen, maar bij alles geldt het advies om te luisteren naar wat uw lichaam zelf als grens aangeeft. Fietsen wordt twee tot drie weken na de operatie (TLH) ook afgeraden omdat dit een te grote belasting is voor de spieren in het bekkengebied.

Autorijden

Autorijden wordt de eerste twee tot drie weken afgeraden. Het is verstandig de eerste paar keer geen grote afstanden te rijden en de eerste keer niet alleen te gaan.

Seksualiteit

In verband met de genezing van de wond en infectiegevaar is het verstandig om met geslachtsgemeenschap te wachten tot na de tweede controle bij de gynaecoloog (na zes weken). Wanneer de baarmoeder

laparoscopisch is verwijderd dan is het advies om tot drie maanden na de operatie geen geslachtsgemeenschap te hebben in verband met genezing van de vaginatop.

Huishoudelijk werk

Het is belangrijk dat u goed naar uw lichaam luistert. Geef toe aan vermoeidheid en neem voldoende rust. De eerste zes weken moet u geen zwaar huishoudelijk werk doen waarbij u uw buik belast. Lichte huishoudelijke werkzaamheden mag u doen, maar u mag niet zwaar tillen of lang staan.

Weer aan het werk

Wanneer u weer kunt werken, hangt af van de soort operatie, uw leeftijd, uw lichamelijke conditie en het soort werk dat u doet. Meestal kunt u een periode van minimaal zes weken niet werken. Als u zich daarna nog niet fit voelt, overleg dan met uw bedrijfsarts.

Alcohol

Alcohol mag u alleen in beperkte mate gebruiken.

Contact opnemen

De eerste 48 uur na ontslag neemt u bij vragen die niet kunnen wachten tot de volgende werkdag contact op met de afdelingen Oncologische chirurgie via telefoonnummer 088 979 44 25 (afdeling H10B oranje) of 088 979 44 10 (afdeling HO1A groen) (24 uur per dag bereikbaar)

48 uur na ontslag: op werkdagen tussen 08.00-17.00 kunt u contact opnemen met uw casemanager of uw behandelend arts via de polikliniek.

Wanneer u Spoedeisende Hulp nodig heeft, kunt u terecht in HMC Westeinde. Telefoon 088 979 23 80.

Hierna adviseren wij u de eerste 30 dagen na de operatie direct contact op te nemen met de polikliniek Gynaecologie of uw casemanager als:

- u koorts heeft boven de 38,5 graden of langer dan 24 uur boven de 38,0 graden koorts heeft;
- u plotseling toenemend kortademig wordt;
- u hevige en/of toenemende buikpijn heeft, die niet vermindert na het innemen van medicijnen tegen de pijn;
- u roodheid of zwelling van de operatiewond heeft die niet eerder aanwezig was, of als er plotseling helderrood bloed of pus uit de wond komt;
- er veel bloed of bloedstolsels bij de urine of ontlasting zitten, of als er sprake is van veel vaginaal bloedverlies (meer dan een reguliere menstruatie);
- u een sterk verminderde urineproductie heeft, terwijl u goed drinkt;
- een been rood, dik, gezwollen en/of pijnlijk wordt. Dit kan wijzen op een verstopping van de aderen door gestold bloed oftewel een trombose.

Controle

Zes weken na de operatie komt u terug voor controle bij de gynaecoloog. De gynaecoloog bekijkt dan de buikwond en doet een inwendig onderzoek om te controleren of de wonden goed genezen. U kunt dan uiteraard ook nog vragen stellen.

Lotgenotencontact

Het kan zijn dat u tijdens de periode van onderzoek en behandeling maar ook daarna behoefte heeft aan contact met lotgenoten. Op de website van de stichting Olijf vindt u hierover informatie. www.Olijf.nl. Uw casemanager kan u ook ondersteunen in het leggen van contact met een lotgenoot via de Stichting Olijf.

Casemanager voor verdere vragen

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen, neem dan gerust contact op met uw casemanager. Deze is tijdens werkdagen telefonisch te bereiken tijdens kantooruren (09.00-17.00 uur).

Tijdens uw ontslaggesprek krijgt u informatie over mogelijke complicaties en situaties waarin u contact met het ziekenhuis moet opnemen.

De contactgegevens:

HMC

Gabriella de Boer: Tel.: 088 979 54 93,

e-mail: g.de.boerbetten@haaglandenmc.nl

Clasien Blom: Tel.: 088 979 43 48, e-mail: gyn-onc@haaglandenmc.nl

Groene Hart Ziekenhuis

Tel.: 0182 50 50 66, e-mail: Joke.Smit@ghz.nl en/of

pauline.elffers@ghz.nl

Regel uw medische zaken online

MijnHMC is een beveiligde online omgeving waar u gegevens over uw behandeling bij HMC kunt inzien en medische zaken kunt regelen. U kunt er onder meer uw medisch dossier bekijken, uitslagen raadplegen, een afspraak inplannen of een beveiligde e-mail sturen naar uw zorgverlener. Meer weten? Kijk op www.haaglandenmc.nl/mijnhmc.

HMC Antoniushove

Burg. Banninglaan 1
2262 BA Leidschendam
Postbus 432
2501 CK Den Haag

HMC Bronovo

Bronovolaan 5
2597 AX Den Haag
Postbus 432
2501 CK Den Haag

HMC Westeinde

Lijnbaan 32
2512 VA Den Haag
Postbus 432
2501 CK Den Haag

088 97 97 900
www.haaglandenmc.nl