

U besloot samen met uw arts tot een kijkoperatie als behandeling van een verzakking

Hoe gaat het nu verder?

Samen met uw arts hebt u besloten tot een operatie voor het opheffen van een verzakking. Hierover hebt u al eerder uitgebreide informatie ontvangen. Deze is ook terug te vinden op <https://gynaecologie.mumc.nl>
In onderstaande documentatie leest u hoe het proces verder zal verlopen.

Inhoud

Opname in het Zuiderland Ziekenhuis te Heerlen	2
Voor de operatie	2
Uw opname.....	2
1e dag: de operatie.....	2
2e dag: na de operatie.....	3
Na de operatie.....	3
Vervolgafspraken na een operatie.....	3
Herstel	4
Leefregels	4
Autorijden	5
Contact opnemen	5
We horen graag uw mening.....	6

Contact: via BeterDichtbij app of via www.beterdichtbij.nl/computer

- Maandag tot en met vrijdag: 8.30 u – 12.00 u en 13.00 u – 17.00 u, polikliniek Vrouw, Moeder en Kind Centrum, 043-3874800.
- Buiten deze tijden en spoed: 043-3876240 Verloskamers, dienstdoend gynaecoloog / gynaecoloog in opleiding.

Opname in het Zuyderland Ziekenhuis te Heerlen

In het kader van de regionalisatie van zorg worden de prolaps- en incontinentieoperaties vanaf juli 2020 door de (uro)gynaecologen van het MUMC+ in het Zuyderland Ziekenhuis te Heerlen uitgevoerd. De poliklinische afspraken na uw operatie vinden plaats in het MUMC+. De (uro)gynaecologen uit Maastricht blijven uw hoofdbehandelaars.

Voor de operatie

Van het bureau Opname in Heerlen ontvangt u een aantal documenten:

1. Boekje “Welkom Zuyderland Heerlen”.
2. Preoperatieve vragenlijst (zo mogelijk per e-mail).
3. Verpleegkundige anamnese klinische patiënt.
4. Vragenlijst “Bijzonder resistente micro-organismen (BRMO), Meticilline-resistente *Staphylococcus aureus* (MRSA)”.
5. Eventueel ontvangt u een uitnodiging om bloed te laten prikken en een hartfilmpje te laten maken. Tot nu toe zijn deze onderzoeken alleen mogelijk in Heerlen en (nog) niet in Maastricht.
6. Uitnodigingsbrief voor een telefonisch consult van de afdeling Preoperatieve screening.

Als de anesthesist na de preoperatieve screening akkoord is met het geven van narcose of een ruggenprik dan krijgt u vervolgens vanuit het bureau Zorgplanning een brief met een voorgestelde operatiedatum. Als deze datum u niet schikt dan kunt u in overleg een andere datum plannen. Een dag voor uw geplande operatie kunt u bellen over het tijdstip van uw operatie en het tijdstip van uw opname.

Uw opname

U wordt een paar dagen opgenomen. Afhankelijk van uw herstel is dit doorgaans twee tot drie dagen.

1e dag: de operatie

U wordt eerst naar de ontvangstruimte (de ‘holding’) van de operatieafdeling gebracht. Vlak voor de operatie controleren we nog eenmaal alle gegevens. U ziet dan ook uw arts. Er wordt naar uw naam en geboortedatum gevraagd. De overige vragen worden beantwoord door de anesthesie-assistent, de operatie-assistent en de operateur. Als u een narcose krijgt, wordt een kapje met zuurstof voor uw mond gehouden en via het infuus wordt de narcosestof toegediend.

Bij een ruggenprik krijgt u een infuus en vervolgens de verdoving via de rug. In overleg met de anesthesist kunt u naast de ruggenprik ook nog een slaapmiddel toegediend krijgen, zodat u weinig meekrijgt van de operatie.

Na de operatie verblijft u op de uitslaapkamer. Als de controles goed zijn, wordt u weer naar de afdeling gebracht. Wij bellen uw contactpersoon om te vertellen dat de operatie klaar is. U

Contact: via BeterDichtbij app of via www.beterdichtbij.nl/computer

- Maandag tot en met vrijdag: 8.30 u – 12.00 u en 13.00 u – 17.00 u, polikliniek Vrouw, Moeder en Kind Centrum, 043-3874800.
- Buiten deze tijden en spoed: 043-3876240 Verloskamers, dienstdoend gynaecoloog / gynaecoloog in opleiding.

hebt een katheter in de blaas die tijdens de operatie is ingebracht. Soms krijgt u ook een tampon in de vagina ingebracht. U krijgt goede pijnstilling en zo nodig medicatie tegen misselijkheid. De verpleegkundige doet regelmatig controles en vraagt hoe het met u gaat.

2e dag: na de operatie

De katheter wordt in de ochtend verwijderd. De verpleegkundige controleert of het plassen lukt en of er niet teveel urine in de blaas achter blijft. Als er teveel urine in de blaas achterblijft, leert de verpleegkundige u zelf te katheteriseren. Soms is het nodig om met een katheter naar huis te gaan en deze dan enkele dagen later te verwijderen. Als u zich goed genoeg voelt kunt u in de loop van de dag naar huis. Soms is het prettiger om nog een dag in het ziekenhuis te blijven.

Na de operatie

De (uro)gynaecologen van Maastricht blijven uw hoofdbehandelaars. Na het ontslag na uw operatie in Heerlen kunt u voor vragen terecht in het MUMC+. De poliklinische afspraken na uw operatie vinden ook plaats in het MUMC+.

Vervolgafspraken na een operatie

In combinatie met vooraf door u in te vullen vragenlijsten bespreekt u op de nacontrole samen met uw arts het resultaat van de operatie en de verwachtingen op de langere termijn. Standaard worden er na uw operatie twee afspraken gemaakt. Ook kunt u na uw operatie een afspraak maken met een [bekkenfysiotherapeut](#) voor extra adviezen en oefeningen rondom het herstel na de operatie.

1. Videoconsult / telefonisch consult

In de week na uw operatie wordt er een videoconsult afgesproken met een verpleegkundige. Download hiertoe op uw mobiele telefoon of tablet het programma **BeterDichtbij** uit de **App Store** of de Google **Play Store**. Hebt u niet de beschikking over een mobiele telefoon of tablet, of u hebt u liever een telefonisch consult, dan kan dat natuurlijk ook. Als u ook een afspraak met een bekkenfysiotherapeut hebt gemaakt, vraag dan aan de verpleegkundige om uw operatiegegevens naar deze fysiotherapeut op te sturen. Hiermee kan deze een behandelplan op maat maken.

2. Nacontrole na de operatie

Vragenlijsten

Een week voor uw nacontrole ontvangt u per e-mail drie digitale vragenlijsten:

- a. Patiënt Global Impression of Improvement (PGI-I). Deze vragenlijst meet of uw klachten verbeterd zijn.
- b. Pelvic Floor Distress Inventory (PFDI20). Een twintigtal vragen over eventuele klachten bij ontlasting, verzakking en plassen. Deze vragen laten zien of er een verschil is met de situatie van voor uw operatie.
- c. Hospital Anxiety and Depression Scale. Deze vragenlijst meet angst- en depressieve klachten en laat zien of er een verschil is met de situatie van voor uw operatie.

Contact: via BeterDichtbij app of via www.beterdichtbij.nl/computer

- Maandag tot en met vrijdag: 8.30 u – 12.00 u en 13.00 u – 17.00 u, polikliniek Vrouw, Moeder en Kind Centrum, 043-3874800.
- Buiten deze tijden en spoed: 043-3876240 Verloskamers, dienstdoend gynaecoloog / gynaecoloog in opleiding.

Als u deze vragenlijsten voor het nacontrolebezoek invult, kan uw gynaecoloog de uitkomsten met u bespreken tijdens het consult. Als u geen mail hebt ontvangen, controleer dan de **SPAM** of map voor **ongewenste e-mails**. Neem anders contact op via de [BeterDichtbij app](#) onder vermelding van uw naam, geboortedatum en “geen vragenlijst ontvangen”.

Als u geen internet hebt, of het lastig vindt om digitale vragenlijsten in te vullen, dan kan dit ook met hulp van een van onze verpleegkundigen op de dag van de nacontrole. De digitale vragenlijsten worden herhaald na zes maanden en na een, twee, drie, vier en vijf jaar.

Policontrôle

Ongeveer zes weken na de operatie hebt u een afspraak bij uw gynaecoloog in het Vrouw, Moeder en Kind Centrum (VMKC) in het MUMC+. Bij dit bezoek bespreekt u het herstel na de operatie, worden de vragenlijsten besproken en zal er een inwendig onderzoek worden verricht om te kijken of de genezing goed is verlopen.

Herstel

Er kan in de eerste weken wat bloederige afscheiding zijn. Als er meer afscheiding is kunt u twee keer per dag met de douche de buitenkant van de vagina schoonspoelen. De hechtingen lossen in ongeveer zes weken op. Soms ziet u hiervan nog een restje. Er kan dan ook weer wat bloedverlies zijn. Bij pijn kunt u zo nodig paracetamol gebruiken.

Direct na de operatie kunt u weer onder de douche. Wacht met het nemen van een bad tot de bloederige afscheiding uit de vagina is gestopt en gebruik in deze periode geen tampons. Het is belangrijk dat u niet veel hoeft te persen voor de ontlasting. Eet daarom vezelrijk en drink minstens 1,5 liter vocht per dag. Zo nodig kunt u middelen krijgen om de ontlasting soepel te maken.

Leefregels

Er zijn individuele verschillen. De een herstelt snel, de ander langzamer. Soms is er een complicatie waardoor het langer duurt. Als u merkt dat bepaalde activiteiten nog vermoeiend zijn, kunt u hierbij beter een stapje terugdoen. Gun uw lichaam de tijd om te herstellen. De regels geven u een richtlijn. Probeer zo snel mogelijk weer een dagritme op te bouwen en blijf niet alleen maar in bed liggen.

Contact: via BeterDichtbij app of via www.beterdichtbij.nl/computer

- Maandag tot en met vrijdag: 8.30 u – 12.00 u en 13.00 u – 17.00 u, polikliniek Vrouw, Moeder en Kind Centrum, 043-3874800.
- Buiten deze tijden en spoed: 043-3876240 Verloskamers, dienstdoend gynaecoloog / gynaecoloog in opleiding.

Leefregels			
1-2 weken	3-4 weken	5-6 weken	na 6 weken
gun uzelf veel rust liever geen boodschappen of huishoudelijk werk doen de trap op voor naar bed gaan kan zelf eten klaarmaken kan	huishoudelijk werk langzaam uitbreiden 5 kg tillen kan wat langer wandelen kan	activiteiten verder uitbreiden fietsen kan 10 kg tillen kan	normale activiteiten kunnen weer sporten langzaam opbouwen gemeenschap kan weer gemiddeld werk kan weer

Autorijden

Er zijn geen vaste richtlijnen over wanneer u na een operatie weer mag autorijden. Het is belangrijk dat u bij duizeligheid, vermoeidheid of met hevige pijn niet achter het stuur gaat zitten. De meeste patiënten kunnen na een of twee weken weer beginnen met autorijden.

Contact opnemen

Hebt u vragen? Denkt u dat u een blaasontsteking hebt? Of komt de ontlasting moeilijk? Lukt het plassen niet goed? Hebt u aanhoudend pijn of bent u ongerust?

Neem dan contact op met het MUMC+:

- Voor niet-acute vragen kunt u een bericht sturen via de “BeterDichtbij app”. Uw vraag wordt binnen een week beantwoord of u wordt gebeld.

Voor dringende vragen:

- Maandag tot en met vrijdag: 8.30 u – 12.00 u en 13.00 u – 17.00 u, polikliniek Vrouw, Moeder en Kind Centrum, 043-3874800.
- Buiten deze tijden en spoed: 043-3876240 Verloskamers, dienstdoend gynaecoloog / gynaecoloog in opleiding.

Websites

- <https://gynaecologie.mumc.nl/>
- <https://www.zuyderland.nl/>

Contact: via BeterDichtbij app of via www.beterdichtbij.nl/computer

- Maandag tot en met vrijdag: 8.30 u – 12.00 u en 13.00 u – 17.00 u, polikliniek Vrouw, Moeder en Kind Centrum, 043-3874800.
- Buiten deze tijden en spoed: 043-3876240 Verloskamers, dienstdoend gynaecoloog / gynaecoloog in opleiding.

We horen graag uw mening

De teams van (poli-)verpleegkundigen, doktersassistenten, (uro)gynaecologen, operatie personeel en anesthesisten in het Maastricht UMC+ en het Zuyderland zetten zich in om uw behandeling zo goed mogelijk te laten verlopen. Toch kan het zijn dat er zaken zijn die voor verbetering in aanmerking komen. Aarzel niet om ons hiervan op de hoogte te stellen. U kunt ons, al of niet anoniem, op de volgende manieren uw feedback sturen:

- Per post:
Maastricht UMC+, polikliniek Vrouw, Moeder en Kind Centrum t.a.v. Saskia Kanters
Antwoordnummer 126,
6200 WC Maastricht
- BeterDichtbij app of via www.beterdichtbij.nl/computer

Contact: via BeterDichtbij app of via www.beterdichtbij.nl/computer

- Maandag tot en met vrijdag: 8.30 u – 12.00 u en 13.00 u – 17.00 u, polikliniek Vrouw, Moeder en Kind Centrum, 043-3874800.
- Buiten deze tijden en spoed: 043-3876240 Verloskamers, dienstdoend gynaecoloog / gynaecoloog in opleiding.