Ontslag uit het ziekenhuis na een laparotomie

Afdeling Verloskunde/Gynaecologie

DIJKLANDER ZIEKENHUIS

In deze folder vindt u informatie over de periode na een laparotomie. Een laparotomie is een operatie in de buik. 'Laparos' is het Griekse woord voor buik en 'tomie' betekent snede.

Redenen voor deze operatie kunnen zijn:
- verwijdering van de baarmoeder
- verwijdering van eierstok en/of eileider en/of cyste
- verwijdering van verklevingen
- buitenbaarmoederlijke zwangerschap
- behandeling van kanker
- diagnostiek
- endometriose

Moeheid
In het ziekenhuis heeft u misschien het gevoel gehad dat u tot heel wat in staat bent, maar eenmaal thuis valt dat in het begin tegen. U bent vaak sneller moe en kunt minder aan dan u dacht. Het beste kunt u toegeven aan de moeheid door extra te rusten. Te hard van stapel lopen heeft vaak een averechts effect. Uw lichaam geeft aan wat u wel en niet aankunt en het is zeer belangrijk dat u daar naar luistert.

Wondgenezing
In principe is de buikwond na een week voldoende genezen. Ook is de wond zo sterk dat deze in principe niet meer open zal springen. Soms kan er wat bloed of vocht uit de wond lopen, bijvoorbeeld wanneer u onder de huid een bloeduitstorting heeft. U kunt dan de wond met de douche schoonspoelen, voorzichtig drogen en een droog gaas of een pleister eroverheen doen om uw kleding te beschermen.

Aan de zijkanten van het litteken heeft u de eerste tijd soms een trekkend gevoel van de inwendige hechtingen. Dit kan geen kwaad. De inwendige hechtingen lossen vanzelf op. Dit kan weken tot maanden duren. In het huidgebied rondom de buikwond kan gevoelloosheid optreden. Dit komt doordat er zenuwtakjes zijn doorgesneden. Het kan soms langer dan 1 jaar duren voor deze weer aangegroeid

zijn.

Pijnbestrijding
Pijn na een operatie is normaal. U kunt daartegen een pijnstiller nemen, bijvoorbeeld Paracetamol 500 mg, 4-6 x per dag één tablet. Ook mag u een andere pijnstiller of een combinatie van pijnstillers gebruiken als u daar beter op reageert (bijv. Brufen, eventueel in combinatie met Paracetamol). Na verloop van tijd, moet het aantal keren dat u een pijnstiller nodig heeft per dag, wel minder worden.

Bloedverlies
Bij operaties via de buik kunt u nog enkele weken vloeien; dit betreft meestal oud bloed of wondvocht. Kort na de operatie is het helderrood, dit gaat over in roze tot lichtroze en vervolgens in bruinige afscheiding. Het kan van dag tot dag wat variëren. Als u meer bloed verliest dan bij een normale menstruatie, moet u contact opnemen met het ziekenhuis.

Bij vaginaal bloedverlies mag u maandverband of tampons gebruiken. Deze moet u wel regelmatig verwisselen.

Douchen
Dit kan geen kwaad voor de wond of het litteken.

Baden
Zolang er sprake is van bloedverlies kunt u beter niet in bad gaan of zwemmen.

Huishouding
De eerste weken na de operatie kunt u beter niet te zwaar tillen (maximaal 5 tot 7 kg), omdat dit een verergering van de pijn in de buik kan geven.
Stofzuigen kunt u het beste de eerste twee weken na de operatie aan iemand anders overlaten. Bezigheden waarbij u lang moet staan (bijv. koken, afwassen etc.) kunt u langzaamaan uitbreiden. Het is dan ook belangrijk om de eerste weken na de operatie hulp voor zwaardere huishoudelijk bezigheden te regelen. Wel kunt u licht huishoudelijk werk doen.
Het allerbelangrijkste is dat u naar uw lichaam luistert. Dus dat u stopt wanneer u moe bent of een verergering van de pijn ervaart.

Sporten
Na vier weken kunt u weer starten met sporten, u mag eerder beginnen met lichte buikspieroefeningen. Maar bij alles geldt het advies te luisteren naar wat uw lichaam zelf als grens aangeeft.

Autorijden
Uw reactievermogen is in de eerste weken verminderd. Dit is ook afhankelijk van de soort narcose die u heeft gehad (een ruggenprik of algehele verdoving). Houdt u daar rekening mee als u deelneemt aan het verkeer. Zelf autorijden is de eerste vier weken sterk af te raden. Het is verstandig de eerste keren geen grote afstanden te rijden en bijvoorbeeld de eerste keer niet alleen te gaan. Naast de bestuurder zitten mag. Vervoer per bus blijkt erg vermoeiend te zijn. Doe dit de eerste weken alleen als het echt niet anders kan.

Fietsen
Als u zich er toe instaat voelt, is fietsen geen probleem. Begin met kleine afstanden.

Ontlasting
Als gevolg van de operatie zijn de darmen stil komen liggen. Omdat u minder beweegt dan normaal, is er een grotere kans op verstopping.
Om dit te voorkomen heeft u een recept gekregen voor Movicolon. Ook is het aan te raden om voldoende te drinken (= 2 tot 3 liter vocht/dag) en regelmatig te lopen. Probeer gezond te eten, met name vezelrijke producten zoals bijvoorbeeld bruin of volkoren brood, zemelen, vers fruit en groenten.

Werkhervatting
In het algemeen wordt na een buikoperatie een periode van zes tot acht weken aangehouden. Indien dit niet voldoende is, neemt u dan contact op met de ARBO-arts.

Seksualiteit
Het hebben van geslachtsgemeenschap mag als u daar behoefte aan heeft, tenzij uw baarmoeder mét baarmoedermond is verwijderd. In dat geval raden wij u aan om 3 à 4 weken te wachten met geslachtgemeenschap.

Andere vormen van seksualiteit (zoals masturbatie) zijn toegestaan. Ook kan de beleving van het orgasme veranderd zijn. Vaak zal de eerste samenleving na de operatie wat eng zijn voor u en uw partner. U hoeft niet bang te zijn dat de wond open gaat. Aarzel niet om bij seksuele problemen een nieuwe afspraak met de gynaecoloog te maken om hierover te praten. Vaak kan er wat aan gedaan worden.

Hormonale verandering

Als u voor de operatie nog niet in de overgang was leidt het verwijderen van beide eierstokken tot de overgang met mogelijk de daarbij horende klachten, zoals opvliegers. Mocht u voor uzelf onacceptabele overgangsklachten krijgen neem dan contact op over de behandelmogelijkheden met uw gynaecoloog of ons Menopauze Centrum Waterland (website: www.menopauzecentrumwaterland.nl of e-mail: menopauze@wlz.nl).

Emotionele aspecten

Sommige vrouwen voelen zich na een baarmoederverwijdering of eierstok-verwijdering 'minder vrouw', omdat ze geen kinderen meer kunnen krijgen en/of niet meer menstrueren. Het is belangrijk voor u zelf om deze gevoelens serieus te nemen. Een baarmoederverwijdering kan een rouwproces met zich meebrengen.

Complicaties

Wondinfectie

Een infectie van de wond komt een enkele keer voor. Om een infectie te voorkomen krijgt u tijdens de operatie een antibioticum toegediend. Een infectie is te herkennen aan roodheid van het wondgebied, zwelling, verhoogde temperatuur en vorming van pus. Mocht er sprake zijn van een infectie dan is het van belang om contact op te nemen met het ziekenhuis (zie laatste blad van de folder: telefoonnummers). In geval van een infectie is een goede wondverzorging belangrijk.

Bloeduitstorting onder de wond

Een bloeduitstorting (=hematoom) ontstaat door ophoping van bloed in de huid. Na enkele dagen tot weken wordt het bloed door het lichaam afgebroken en afgevoerd.

Veel gestelde vragen

Moet ik na de operatie nog uitstrijkjes laten maken?
Als de baarmoederhals verwijderd is, hoeft u geen uitstrijkjes meer te laten maken. Als de baarmoederhals is blijven zitten moet u via het bevolkingsonderzoek (eenmaal per 5 jaar) een uitstrijkje te laten maken.

Waar blijven de eicellen na een baarmoederverwijdering?
Net als voor de operatie komen de eicellen na de eisprong in de buikholte terecht, waar ze vanzelf oplossen.

Waar blijft het zaad na een baarmoederverwijdering?
Het zaad komt via de schede weer naar buiten, net als voor de operatie.

Wordt de schede korter na een baarmoederverwijdering?
De vagina houdt in principe dezelfde lengte als voor de operatie.

Hoe zit de schede vast na een baarmoederverwijdering?
De vagina hangt niet los na de operatie. De zijkanten zitten vast aan de bekkenwand. De gynaecoloog maakt de ophangbanden van de baarmoeder aan de top van de schede vast.

Kan de wond openspringen als ik te snel weer veel ga doen?
De gynaecoloog sluit de wond met stevige hechtingen die langzaam oplossen. Door onverwachte bewegingen of door veel inspanning kan de wond niet ineens openbarsten. Wel kan door een vroegtijdige grote belasting een littekenbreuk ontstaan. Dit komt gelukkig maar zeer zelden voor.

Wat gebeurt er met de lege ruimte in mijn buik?
Darmen vullen de ruimte die ontstaat door het verwijderen van de baarmoeder, direct op. U loopt dus niet met een “gat” in uw buik.

Kan ik nog kinderen krijgen met één eierstok?
Ja, wanneer slechts één eierstok en/of één eileider wordt verwijderd en de tweede, gezonde eierstok en eileider behouden blijft, kan een vrouw nog altijd zwanger worden. U moet dan meestal ook tot de overgang een adequate vorm van anticonceptie blijven gebruiken. Bespreek dit zonodig met uw gynaecoloog.

Nazorg/lotgenotencontact

Wij willen u nog wijzen op het bestaan van Landelijke Stichting VZG (voorlichting Zelfhulp Gynaecologie).
Voor nadere toelichting, onbeantwoorde vragen of als u in contact wilt komen met lotgenoten, kunt u contact opnemen via telefoonnummer (030) 231 0559.

Voor vrouwen met gynaecologische kanker is er een speciale patiëntenvereniging:
Stichting Olijf
Telefoonnummer: (020) 615 7430, bereikbaar: maandag tot en met vrijdag tussen 9.00-17.00 uur.

Nog vragen?

Uw gynaecoloog is ten alle tijden bereid ze te beantwoorden.

Heeft u klachten die mogelijk verband houden met de operatie?
Als u niet dringende vragen heeft of problemen ervaart, kunt u op dinsdag en woensdag contact opnemen met de nurse practitioner op telefoonnummer: (0299) 457 996.

Heeft u vragen die niet kunnen wachten neemt u dan, tot de nacontrole, contact op met de poli Gynaecologie.

Tijdens kantoortijden op telefoonnummer: (0299) 457 660.
Buiten kantoortijden op telefoonnummer: (0299) 457 460.

Notities:

Locatie Enkhuizen
Molenweg 9b
1601 SR Enkhuizen
T. 0228 312 345

Locatie Hoorn
Maelsonstraat 3
1624 NP Hoorn
T. 0229 257 257

Locatie Purmerend
Waterlandlaan 250
1441 RN Purmerend
T. 0299 457 457

Locatie Volendam
Heideweg 1b
1132 DA Volendam
T. 0229 257 500

Postbus 600, 1620 AR Hoorn

www.dijklander.nl
info@dijklander.nl

WLZ-18301-NL 10 december 2020

DIJKLANDER ZIEKENHUIS