

# Adviezen na een gynaecologische diagnostische laparoscopie en laserbehandelingen

**U heeft een gynaecologische operatie ondergaan en kunt weer naar huis. In deze folder krijgt u informatie om uw herstel thuis voorspoedig te laten verlopen.**

Wanneer u met ontslag gaat, is het raadzaam om het de eerste week rustig aan te doen. Dat houdt in uitslapen, niet te laat naar bed gaan en regelmatig een half uurtje rusten.

Licht huishoudelijk werk kunt u meteen weer doen na de operatie, bouw het echter langzaam op. Stofzuigen, ramenlappen en ander zwaar werk kunt u beter de eerste week aan anderen overlaten. Tillen mag een paar dagen na de operatie, maar niet zwaarder dan 5 kg. Na een week kunt u dit uitbreiden. Na twee weken mag u alles weer tillen.

U kunt gerust weer gaan autorijden of fietsen een paar dagen na de operatie. Houdt u er echter wel rekening mee dat u de eerste week na de operatie minder geconcentreerd kunt zijn als gevolg van de narcose.

Zwemmen en in bad gaan is in verband met infectie gevaar niet verstandig, wel kunt u rustig douchen. Dep de wondjes goed droog. U kunt weer in bad gaan of zwemmen als het vloeien/bloedverlies is gestopt. Geslachtsgemeenschap mag ook weer als het vloeien/bloedverlies is gestopt.

U kunt een aantal weken afscheiding en bloedverlies houden; wel dient het steeds minder te worden. Bij een vaginale laserbehandeling kunt u veel vaginale afscheiding krijgen, dit is wondvocht. Gebruik hiervoor

inlegkruisjes. Ook dit wordt langzaam minder. De vaginale afscheiding kan ook wat sterker ruiken dan normaal. Het gebruik van tampons wordt afgeraden zolang u nog bloed verliest.

De eerste week na de operatie kunt u nog buikpijn hebben, daartegen kunt u paracetamol 500 mg – 1000 mg gebruiken, met een maximum van 4000mg paracetamol per dag. Ook de buikpijn moet langzaam minder worden. Omdat er bij een laparoscopie gas is gebruikt in de buik, kunt u als gevolg hiervan schouderpijn krijgen. Dit ontstaat door prikkeling van het middenrif wat uitstraalt naar de schouders. Mocht u een wat bollere buik hebben, dan zal deze na enkele dagen langzaam afnemen.

U kunt weer gaan werken als u zich hier goed genoeg voor voelt.

De hechtingen lossen in principe vanzelf op. Mochten deze na een week toch niet zijn opgelost, dan kunt u de hechtingen bij de huisarts laten verwijderen. Op de wondjes hoeven geen pleisters, alleen als deze wat vocht of bloed lekken.

U kunt weer gaan sporten als uw lichaam hier weer aan toe is. Op uw gevoel, maar niet eerder dan een week na de operatie. Controleafspraak op de polikliniek: deze krijgt u mee vanuit het ziekenhuis. Een aantal weken na de operatie wordt u op de polikliniek verwacht. U krijgt een afspraak bij de arts bij wie u bekend was voor de operatie. Heeft u een fertiliteitbehandeling ondergaan, dan wordt tijdens dit controlebezoek het verdere beleid bepaald.

### **Nog even dit**

Bij klachten zoals aanhoudende pijn of vaginaal bloedverlies, koorts boven 38,0° C rectaal, sterk ruikende afscheiding of hevig braken, dient u contact op te nemen met de zorgeenheid gynaecologie op telefoonnummer (020) 444 2280.

Voor algemene vragen of klachten kunt u de eerste twee weken na uw ontslag op werkdagen van 9.00 uur tot 12.00 uur contact opnemen met telefoonnummer (020) 444 2280.

Heeft u na deze twee weken nog vragen, dan kunt u contact opnemen met de polikliniek gynaecologie. Telefonisch verpleegkundig spreekuur van 8.15 -12.00 en van 13.30 -16.00 uur, (020) 444 1191.

Voor meer informatie en lotgenotencontact kunt u ook terecht bij de Patiëntenvereniging Gynaecologie Nederland.

Website: [www.pgn-gynaecologie.nl](http://www.pgn-gynaecologie.nl)

PGN biedt vrouwen toegang tot de informatie en steun die ze nodig hebben bij het omgaan met gynaecologische klachten en behandelingen. Dit op basis van ervaringsdeskundigheid.