



# nazorg inspannings- of stressincontinentie behandeling

## TVT, Uratape of Mini-arc behandeling

### Leefregels voor goed herstel

Uw uroloog of gynaecoloog heeft voor ondersteuning van de urinebuis een bandje geplaatst waardoor u weer controle krijgt over het plassen. Voor goed herstel en een optimaal resultaat is het belangrijk dat u thuis een aantal leefregels in acht neemt. In deze folder vindt u uitleg over deze leefregels en bij welke klachten u uw huisarts of het ziekenhuis waarschuwt.

### Leefregels

- Doe de eerste **twee weken** thuis rustig aan: doe geen zwaar werk zoals tuinieren, stofzuigen, een bed opmaken, enzovoort. U mag ook niet zwaar tillen, hooguit een lichte boodschappentas. Wij adviseren u daarom om voor één tot twee weken na de ingreep hulp uit uw omgeving of van de thuiszorg te regelen.
- Zorg voor zachte ontlasting zodat u niet hoeft te persen. Ontlasting wordt zacht door goed te drinken en vezelrijke voeding zoals volkoren producten, fruit en verse groente.
- Zolang u vloeit, mag u niet in bad. Douchen mag wel.
- Zolang u vloeit vanwege de operatiewond mag u geen tampons gebruiken.
- U mag de eerste **twee weken** niet fietsen en/of sporten.
- U mag na **twee tot drie weken** weer aan het werk. Overleg zo nodig met uw bedrijfsarts.
- Als u geen bloederige afscheiding meer heeft, mag u na **twee tot drie weken** weer zwemmen.
- U mag de eerste **vier weken** na de ingreep geen geslachtsgemeenschap hebben.

### Mogelijke klachten na de ingreep

Het kan zijn dat u na ingreep last krijgt van:

- blaaskrampen;
- vaak moeten plassen;
- een branderig gevoel bij het plassen;
- vaginale afscheiding;
- pijn in de liezen en/of het bovenbeen.

U hoeft zich hier niet ongerust over te maken. Deze klachten gaan na verloop van tijd vanzelf over. Maakt u zich toch zorgen of gaan uw klachten niet over? Bespreek dit dan tijdens uw eerstvolgende controleafspraak met uw uroloog of gynaecoloog. U krijgt dan advies en zo nodig medicijnen.

**Zie ommezijde**

**Bij welke klachten waarschuwt u het ziekenhuis of uw huisarts?**

Neemt u bij (een van) de volgende klachten contact op met uw huisarts of de polikliniek (urologie of gynaecologie) van het MCA:

- bij het gevoel niet goed uit te kunnen plassen, dit kan komen door zwelling van het weefsel;
- bij koorts boven 38,5 graden;
- bij brandende pijn tijdens het plassen.

**Uw vragen**

Afhankelijk van de specialist bij wie u onder behandeling bent, kunt u met vragen of voor meer informatie contact opnemen met de polikliniek urologie of gynaecologie. Dat kan op werkdagen van 8.30 - 17.00 uur via telefoonnummer (072) 548 2600 (urologie) en (072) 548 2900 (gynaecologie). Buiten kantooruren kunt u contact opnemen met de verpleegafdeling 431 via telefoonnummer (072) 548 2570.