

■ Operatie - neoblaas

In overleg met uw uroloog krijgt u een zogenoemde neoblaas. Dit is een nieuwe blaas van een stuk van uw eigen dunne darm. In dit inlegvel vindt u uitleg over deze operatie.

Deze operatie wordt alleen op locatie Alkmaar gedaan.

De operatie

De uroloog verwijdert eerst uw blaas. Bij mannen wordt meestal ook de prostaat verwijderd. Bij vrouwen soms ook de eileiders en baarmoeder. Daarna maakt de uroloog uit een stuk dunne darm van 40 tot 60 centimeter een nieuwe blaas, oftewel een neoblaas. Deze nieuwe blaas wordt aangesloten op uw plasbuis, zodat de urine het lichaam via de normale weg kan verlaten. Uw eigen kringspier blijft behouden. U kunt uw plas dus gewoon ophouden. Voor de afvoer van urine zijn de eerste weken nog katheters nodig. Dit zijn dunne buigbare slangetjes.

Darmslijm

De nieuwe blaas van dunne darm maakt eerst nog darmslijm aan. Door dit slijm kunnen de katheters verstopt raken. Om dit te voorkomen, wordt de nieuwe blaas eerst regelmatig gespoeld. U leert van de continentieverpleegkundige van het ziekenhuis hoe u dit zelf kunt doen. Het darmslijm verandert na enige tijd van samenstelling. U plast het dan gewoon uit.

Zelf plassen

Als de naden van de nieuwe blaas goed genezen zijn, kunt u na zo'n 3 weken zelf weer plassen. De uroloog verwijdert dan de katheters. Om te controleren of de naden van de nieuwe blaas goed genezen zijn, krijgt u eerst een zogenoemd neocystogram. Dit is een röntgenonderzoek waarbij de nieuwe blaas gevuld wordt met contrastvloeistof. Eventuele lekkages in de naden kunnen op die manier opgespoord worden.

Ander gevoel

Zelf plassen gaat anders dan u gewend bent. Het gevoel van aandrang is meer een drukkend gevoel in uw onderbuik. Dit kan eerst nog pijnlijk zijn. Dit is voor u het teken dat u uw blaas moet legen. In het begin is dit ongeveer om de 2 uur nodig, ook 's nachts. Na verloop van tijd om de 3 tot 4 uur.

Trainen van de sluitspier

De sluitspier zorgt ervoor dat de urine niet vanzelf naar buiten loopt. Maar soms werkt de sluitspier nog niet goed, waardoor u urine verliest. Het is dan belangrijk dat u de bekkenbodemspieren en de sluitspier traint. Zo nodig wordt u hierbij begeleid door een gespecialiseerde fysiotherapeut.

Probeer zo ontspannen mogelijk te plassen

Om de blaas goed leeg te plassen, is het belangrijk om de bekkenbodem goed te ontspannen. Deze tips kunnen daarbij helpen:

- ga in een goede houding zitten met beide voeten plat op de grond
- ga niet 'hangen' op een te hoog toilet: zorg dan voor een voetenbankje
- kantel uw bekken wat naar voren zodat de nieuwe blaas boven de plasbuis komt te liggen
- laat de urine zoveel mogelijk vanzelf stromen: doe dit door u goed te ontspannen en adem rustig via uw neus in, en via uw mond uit
- zet met uw buikspieren eventueel lichte druk op de blaas

Katheteriseren

Soms lukt het niet om de blaas helemaal leeg te plassen. U kunt uw blaas dan met een katheter zelf legen (katheteriseren). U leert dit van de continentieverpleegkundige van het ziekenhuis.

Herstel

Het duurt zo'n 3 tot 6 maanden voordat u weer helemaal hersteld bent. Het kan zijn dat u de draad van het dagelijkse leven dan weer gemakkelijk oppakt. Maar het kan ook zijn dat u daar nog wat meer tijd voor nodig heeft. Mogelijk ook voelt u zich nooit meer helemaal de oude.

Leefregels voor goed herstel

Voor goed herstel is het belangrijk dat u de eerste 3 maanden na de operatie nog rustig aan doet. Zorg dat er geen grote druk op uw buik komt. U mag ook niet zwaar tillen, niet fietsen en autorijden en niet sporten.

Werk

U kunt met een nieuwe blaas in principe gewoon werken. Wel is het belangrijk dat u daarbij uw buik niet zwaar hoeft te belasten. Dat is toch een zwakkere plek geworden.

Sporten

Bent u na een paar maanden weer helemaal hersteld? Dan kunt u in principe weer gewoon sporten.

Regelmatig sporten en bewegen is goed voor uw gezondheid en welzijn. Wel is het belangrijk om dit langzaam op te bouwen. Het kan zijn dat u tijdens het sporten nog (wat) urine verliest. Net als bij werk is het belangrijk om uw buik niet te zwaar en/of extreem te belasten. U mag in principe ook gewoon zwemmen en naar de sauna.

Meer informatie vindt u ook in de folder 'Opname voor het plaatsen van een neoblaas'. Vraag er gerust naar bij uw casemanager.