

Leefregels en instructies na het plaatsen van een Mirena

U bent opgenomen geweest op de afdeling dagbehandeling van het Gemini Ziekenhuis, waar u een behandeling heeft ondergaan. Om het herstel na de behandeling te bespoedigen, is het belangrijk dat u weet wat u te wachten staat als u weer thuis komt. Hierna worden algemene en ingreep afhankelijke leefregels en instructies benoemd.

Algemene leefregels en instructies

- Het is belangrijk dat u na de behandeling voldoende rust neemt (24-48 uur).
- U mag alles weer eten.
- Indien u onder algehele narcose bent geholpen, moet u er rekening mee houden dat deze narcose pas na 24 uur volledig is uitgewerkt, daarom de volgende instructies:
 - U mag niet zelfstandig aan het verkeer deelnemen. U heeft dus begeleiding nodig, ook als u wilt fietsen, lopen of met het openbaar vervoer wilt gaan.
 - U mag geen mechanische of elektrische apparaten bedienen (ook niet in de keuken).
 - Neem geen belangrijke beslissingen.
- Na 24 uur mag u gewoon uw dagelijkse werkzaamheden hervatten.
- Na de behandeling is er altijd een kans dat er een complicatie optreedt; zie folder dagverpleging. Het is belangrijk dat u de eerste nacht **niet alleen** thuis bent!

Ingreep afhankelijk leefregels en instructies

- U kunt last hebben van kramp in de onderbuik. In het algemeen verdwijnt dit binnen enkele uren.
- U bent na het plaatsen van Mirena tegen zwangerschap beschermd, mits Mirena geplaatst is tijdens de menstruatie. Wordt Mirena buiten de menstruatie geplaatst, dan is het nodig om gedurende 7 dagen een aanvullende anticonceptiemethode te gebruiken.
- Uzelf noch uw partner kunnen Mirena voelen tijdens het vrijen. Soms zijn de draadjes te voelen. Mocht dit een probleem zijn, neem dan contact op met uw arts.
- U kunt gewoon tampons gebruiken. Omdat tijdens het gebruik van Mirena de bloedingen aanmerkelijk lichter zijn, is het mogelijk dat het gebruik van tampons niet meer uw voorkeur heeft omdat de tampons droger blijven. Hierdoor is het soms moeilijker ze te verwijderen.
- Soms wordt het aanbevolen om na de eerste menstruatie volgend op de plaatsing van Mirena een controleonderzoek te laten doen. Meestal is dit ongeveer 6 weken na het plaatsen, dit in overleg met uw behandelend arts.
- In de volgende gevallen is het sterk aan te bevelen de arts te raadplegen bij de volgende klachten:
 - als u denkt dat u zwanger bent
 - bij aanhoudende pijn in de onderbuik, koorts of ongewone vaginale afscheiding
 - bij pijn tijdens het vrijen
 - als u het kunststofgedeelte van Mirena kunt voelen
 - als u de draadjes niet meer kunt voelen
 - bij sterk of langdurig bloedverlies.

Adviezen voor pijnbestrijding

U kunt bij pijn zo nodig 3 maal daags 1 gram paracetamol (2 tabletten van 500 mg) gebruiken. Niet langer dan 7 dagen.

Vragen?

Bij deze problemen kunt u tijdens kantooruren bellen naar de polikliniek Gynaecologie, telefoon (0223) 69 65 04.

's Avonds en 's nachts kunt u via de centrale bellen naar de afdeling Spoedeisende Hulp, telefoon (0223) 69 69 69.