

Vaginaplastiek zonder diepte

U staat op het punt onze kliniek te verlaten na een vaginaplastiek. Voor een optimale nazorg hebben wij de belangrijkste punten voor u op een rij gezet. Bij vragen, onduidelijkheden of als u zich zorgen maakt, schroom dan niet om contact op te nemen met onze verpleegafdeling.

Wij zijn binnen kantoor tijden te bereikbaar op telefoonnummer: **085-0600854**.

In het weekeind zijn wij gesloten, bij spoed mag u contact opnemen: **085-0600854**

In geval van spoed kunt u ons ook 's nachts bereiken op het bovenstaande telefoonnummer. Onder spoedeisend verstaan wij gezondheidsklachten die niet kunnen wachten tot de volgende werkdag. Bijvoorbeeld: hevig bloedverlies, hoge koorts, heftige pijn of als u zo ongerust bent dat u een medisch advies wilt vragen.

Algemene Informatie

- Wanneer u de kliniek verlaat, heeft u nog hechtingen. Deze zullen na verloop van tijd (weken tot maanden) vanzelf oplossen.
- Het kan gebeuren dat hechtingen loslaten. Hierdoor zal er een wond ontstaan. Wij zien dit meestal ontstaan rondom de ingang van de vagina. Dit komt omdat dit gebied vaak vochtig is en onder spanning staat. De wonden die ontstaan zullen vanzelf dichtgroeien en dit duurt enkele weken. Spoel het wondgebied eenmaal per dag met een lauwe douche schoon waarna u het droog dekt. De wondgenezing gaat gepaard met aanmaak van eiwitten en dit geeft een geel laagje op de wonden. Dit is geen pus maar bevordert juist de wondgenezing. Probeer dit dus niet weg te spoelen.
- Zolang er wonden zijn, zal er wondvocht met soms wat bloed lekken. Dit stopt vanzelf zodra de wonden zijn genezen. Om dit op te vangen, kunt u een maandverband dragen. Verwissel dit regelmatig. Wanneer mogelijk laat u het gebied aan de lucht drogen.
- Er kunnen kleine stukjes huid van de schaamlippen en/of vagina afsterven. Dit kan een onaangename geur geven. Het lichaam stoot de dode huidcellen af, waarna wonden ontstaan die zullen genezen. Houd het gebied goed schoon zoals hierboven beschreven. De hoeveelheid van het afgestoten weefsel zal niet toenemen en u hoeft hiervoor niet naar de polikliniek te komen.
- Als er wonden zijn ontstaan is het belangrijk dat u blijft bewegen.
- Zwemmen, in bad en naar de sauna gaan is niet toegestaan zolang er wonden zijn in verband met infectiegevaar.
- Fietsen zal de eerste weken onprettig zijn. U voelt zelf aan wanneer dit weer mogelijk is.

Schoonmaken

Zolang u na de operatie wonden heeft in het genitale gebied, spoelt u dit uitwendig eenmaal daags onder de douche schoon. Vervolgens dept u het genitale gebied goed droog met een schone handdoek.

Medicijnen

Co-trimoxazol: Dit antibioticum is bedoeld om een blaasontsteking te voorkomen. Het wordt gestart NADAT de katheter is verwijderd. Het is belangrijk dat u de kuur afmaakt (5 dagen).

Wanneer de katheter tijdens de opname is teruggeplaatst, staakt u deze kuur. U krijgt het recept van ons mee.

NB: Als u een blaasontsteking heeft gehad, is de kans groter dat dit vaker gebeurt.

Pijnstillers: Vaak is Paracetamol (maximaal 4 x 1000 mg per dag) voldoende om de pijn/ongemakken te onderdrukken. Gebruik Paracetamol op vaste tijden voor een zo effectief mogelijk effect. Paracetamol koopt u bij de drogist. Wanneer extra pijnstilling noodzakelijk is, krijgt u het desbetreffende medicijn van uw arts op recept mee.

Recepten kunnen worden gemaïld naar uw eigen apotheek. U kunt dit bij ontslag zelf aangeven.



Plassen

Na het verwijderen van de katheter kan het plassen branderig aanvoelen. De plasstraal kan in het begin sproeiend zijn en/of wat meer naar voren gericht. Dit verbetert wanneer het operatiegebied genezen is en de zwellingen afnemen.

Soms is het lastig om de plas op gang te krijgen of lukt het niet om goed uit te plassen.

Hieronder volgen enkele tips:

- Ga altijd op het toilet zitten in plaats van erboven te hangen;
- Zorg dat de voeten plat op de grond staan;
- Zit rechtop met het bekken iets voorover gekanteld (holle onderrug);
- Ontspan de buik- en de bekkenbodemspieren;
- Adem rustig diep in en blaas de lucht door getuite lippen rustig naar buiten (of probeer fluitend uit te blazen);
- Laat eventueel een kraan lopen;
- Probeer te vermijden dat u gaat persen. Door hard te persen, drukt u de plasbuis juist dicht;
- Neem de tijd om goed uit te plassen;
- Schommel na het plassen de blaas goed leeg door het bekken een paar keer voor en achterover te kantelen (onderrug hol en bol maken);
- Als plassen pijnlijk is doordat de urine langs de wonden loopt, giet dan tijdens het plassen water langs de vagina.

Het kan een paar dagen duren voordat de ontlasting weer op gang komt. Het is belangrijk om te voorkomen dat de ontlasting te hard wordt. Persen is in de eerste weken na de operatie niet raadzaam. Drink voldoende op een dag (minimaal 1,5 liter) en zorg dat u vezelrijk eet. U krijgt van ons een recept Movicolon mee om de stoelgang te stimuleren.

Hieronder volgen enkele tips:

- Zorg dat uw voeten plat op de grond staan als u op het toilet zit en neem de tijd;
- Zit met een bolle onderrug. Als dit niet lukt omdat u een verhoogd toilet heeft, plaats dan een klein krukje onder de voeten;
- Probeer zo min mogelijk te persen. Komt de ontlasting moeilijk, adem dan een paar keer diep in en uit terwijl u de rug afwisselend hol en bol maakt en blijf vervolgens weer rustig zitten met een bolle onderrug;
- Veeg de billen altijd achterlangs vanaf de anus omhoog naar de rugzijde.



Algemeen

085 0600 855
info@mkvelsen.nl

Openingstijden

Maandag t/m vrijdag van
08.00 uur tot 18.00 uur

Polikliniek

085 0600 853
polikliniek@mkvelsen.nl

Openingstijden

Maandag t/m vrijdag van
08.30 uur tot 12.30 uur en
van 13.00 uur tot 16.30 uur

Verpleging

085 0600 854
verpleging@mkvelsen.nl

Bezoeken

Alle dagen van
10.30 uur tot 12.00 uur en
van 14.30 uur tot 20.00 uur