

Leefregels na endometrium-ablatie

U heeft in ons ziekenhuis een endometrium-ablatie behandeling ondergaan. Deze operatie wordt uitgevoerd om het baarmoederslijmvlies te verwijderen bij vrouwen met overmatig bloedverlies tijdens de menstruatie. Door de aanwijzingen in deze folder op te volgen, herstelt u zo goed en snel mogelijk.

Na de ingreep

Na de ingreep wordt u teruggebracht naar de bewakingsruimte. Hier blijft u ongeveer een uur, daarna kunt u weer naar huis. Het is nodig om uw vervoer naar huis na de behandeling van tevoren te regelen. De morfine die u krijgt toegediend via het infuus kan uw reactievermogen beïnvloeden, waardoor zelfstandig reizen per auto, fiets of openbaar vervoer de eerste 24 uur na de ingreep onverantwoord is.

Het is verstandig om de dag na de endometrium-ablatie bedrust te houden of in elk geval rustig aan te doen. Het is mogelijk dat u enkele dagen na de behandeling last van buikkrampen ervaart. Bespreek daarom van tevoren of eventueel na afloop eventuele pijnmedicatie. Neem de eerste dagen na de behandeling uw temperatuur op. Is deze hoger dan 38,5°C, raadpleeg dan uw gynaecoloog. Ook wanneer u niet of nauwelijks kunt plassen, is het verstandig om contact op te nemen. Na 10 dagen is het weer mogelijk om geslachtsgemeenschap te hebben, maar alleen indien er geen bloedverlies of (buitensporige) afscheiding meer is. Luister naar uw lichaam en raadpleeg bij twijfel uw arts!

Pijnbestrijding

Voorafgaand aan de behandeling heeft u al pijnstillers gebruikt. Het is belangrijk dat u bij thuiskomst de volgende instructies ten aanzien van pijnmedicatie volgt:

- de eerste dag na de behandeling moet u bij thuiskomst in ieder geval verdeeld over de dag driemaal Naproxen 250 mg innemen. Het is belangrijk deze medicatie te gebruiken, ook al voelt u geen pijn. De ervaring leert dat er anders pijnklachten ontstaan, die vervolgens veel moeilijker te behandelen zijn;
- wanneer u verder nog pijn voelt, dan mag u de eerste twee dagen na de behandeling nog viermaal paracetamol 1000 mg per dag gebruiken.

Mocht u pijn houden, ondanks bovenstaand schema, neemt u dan contact met ons op.

Bloedverlies en afscheiding

U kunt gedurende een aantal weken gekleurde afscheiding en wat bloedverlies hebben, dit is normaal. Zolang u helderrood bloed verliest, adviseren wij, in verband met kans op een infectie, het volgende:

- geen geslachtsgemeenschap;
- niet in bad of zwembad, douchen mag wel;
- niet zwemmen;
- geen tampons, wel maandverband.

Antistolling

Heeft voor de opname bloedverdunnende middelen (Marcoumar, Sintrom, Ascal, Plavix, Persantin) gebruikt, en zijn deze met reden gestopt, dan hoort u voor uw ontslag uit het ziekenhuis, wanneer u hier weer mee kunt starten.

Zwangerschap

Zoals eerder met u besproken, is het van belang dat u na de ingreep niet meer zwanger wordt. De behandeling zelf is geen anticonceptie.

Werk en sport

U mag één dag na de endometrium ablatie behandeling uw normale werkzaamheden hervatten. Na een week kunt u weer gaan sporten. Luister goed naar uw eigen lichaam!

Wanneer moet u contact met het ziekenhuis opnemen?

Heeft u klachten, of is het effect op het bloeden onvoldoende, dan kunt u contact opnemen met het secretariaat Gynaecologie. Wij plannen dan een afspraak met u.

Bij koorts (hoger dan 38,5 C) of hevige buikpijn de eerste 48 uur na de ingreep, dan moet u contact opnemen met de dienstdoende gynaecoloog. Deze kunt u als volgt bereiken:

- **tijdens kantooruren via de polikliniek Gynaecologie: 079-346 2589**
- **Buiten kantooruren spoedeisende hulp: 079-346 2539**

Wij stellen uw mening zeer op prijs. Heeft u opmerkingen of suggesties over deze informatie of over de behandeling, laat dit ons dan weten via bovenstaand telefoonnummer van de polikliniek gynaecologie of via info@llz.nl.