



# Leefregels na een liesbreuk operatie

## bij volwassenen

U bent geopereerd aan een liesbreuk. U mag ook weer naar huis. In deze folder leest u wat u al wel mag doen, wat u nog niet mag doen en welke bijwerkingen u kunt krijgen.

### **Hechtingen**

De hechtingen in de wondjes lossen vanzelf op. Ze hoeven er niet uitgehaald te worden.

### **Controle afspraak**

U krijgt een afspraak mee voor controle op de polikliniek chirurgie. Dit kunnen belafspraken zijn met de doktersassistente en de arts.

### **Pijnstillers**

Zo nodig krijgt u een recept mee voor pijnstillers.

### **Wat mag niet?**

- De eerste 24 uur mag u niet zelf autorijden.
- De eerste 24 uur mogen de wondjes niet nat worden.
- De eerste 3 dagen mag u niet fietsen.
- De eerste 3 weken mag u niet zwaar tillen (alles ongeveer zwaarder dan een stoel). Houd hier rekening mee voor uw werk.
- De eerste 3 weken mag u niet zwaar sporten (onder andere balsporten, tennis, roeien, ijs- en sneeuw sporten, buikspieroefeningen, gewichtheffen).

## Wat mag wel?

- Na de operatie eet u lichte voeding. De volgende dag mag u weer alles eten en drinken.
- De dag na de operatie mogen de pleisters eraf. U hoeft de wondjes niet te ontsmetten.
- De dag na de operatie mag u weer douchen. De wondjes mogen dan weer nat worden. Na 3 dagen mag u ook weer zwemmen en in bad.
- U mag onmiddellijk weer wandelen.
- Na 3 dagen mag u weer fietsen en hardlopen.
- U mag gewoon persen op het toilet.

## Wat zijn de bijwerkingen?

- Misselijkheid en slaperigheid ontstaan door de narcose. Deze klachten zijn de volgende dag weer over.
- Pijn rond de wondjes en in de lies kan 3 tot 6 weken blijven bestaan.
- Mannen kunnen prikkelingen of tintelingen van de teelbal voelen. Dat kan 6 weken blijven bestaan.
- Er kunnen blauwe plekken ontstaan rond de wondjes en in de lies en bij mannen van de penis en de balzak. Blauwe plekken gaan vanzelf weg. Dat kan meerdere weken duren.
- Er kan een zwelling of een bult ontstaan in de lies. Zwellingen kleiner dan een ei gaan bijna altijd vanzelf weer weg. Dat kan enkele maanden duren.
- U kunt een doof gevoel rond het litteken of in de schaamstreek hebben. Dit verdwijnt vanzelf. Het kan maanden duren voor het normale gevoel weer terug is.

## Wanneer moet u contact opnemen?

- Bij hartkloppingen
- Flauwvallen
- Koorts (meer dan 38.5 graden)
- Zeer hevige pijn
- Als de wond erg gaat lekken
- Heeft u moeite met plassen (moet u persen om er iets uit te krijgen)? Of kunt u helemaal niet plassen? Of plast u steeds kleine beetjes? Neem dan ook contact op.

## Vragen en telefoonnummers

- Polikliniek chirurgie maandag t/m vrijdag van 08:00 - 12:00 uur en 13:00 - 16:00 uur (023) 224 0020
- 's avonds, 's nachts en in het weekend met:
  - Afdeling spoedeisende hulp, Spaarne Gasthuis Hoofddorp (023) 224 6880
  - Afdeling spoedeisende hulp, Spaarne Gasthuis Haarlem Zuid (023) 224 4880

**Niet dringende vragen** kunt u stellen aan uw arts tijdens de controle afspraak op de polikliniek of de belafsprak of via [Mijnspaarnegasthuis.nl](https://www.mijnspaarnegasthuis.nl).

## Waar zijn we te vinden?

**Haarlem Zuid**  
Boerhaavelaan 22  
2035 RC Haarlem

(023) 224 0000

**Haarlem Noord**  
Vondelweg 999  
2026 BW Haarlem

[www.spaarnegasthuis.nl](https://www.spaarnegasthuis.nl)

**Hoofddorp**  
Spaarnepoort 1  
2134 TM Hoofddorp

[info@spaarnegasthuis.nl](mailto:info@spaarnegasthuis.nl)