# Prostaatverwijdering met Da Vinci-robot (adviezen na operatie)

Deze informatie is voor patiënten die een operatie hebben ondergaan waarbij de prostaat is verwijderd met behulp van de Da Vinci-operatierobot.

Veel mensen zijn, nadat de diagnose prostaatkanker is gesteld, behoorlijk ongerust. Tijdens uw opname bent u behandeld en begeleid door verschillende professionele zorgverleners. Nu u naar huis gaat, heeft u misschien het gevoel dat u en uw partner en/of familie er alleen voor staan. Hieronder zetten we een aantal belangrijke zaken waar u rekening mee moet houden na uw ontslag op een rijtje. U kunt uiteraard te allen tijde ook bij ons terecht met uw vragen.

## Met katheter naar huis

Omdat er een nieuwe aansluiting is gemaakt tussen de blaas en de plasbuis, moet de blaaskatheter ongeveer 7 tot 10 dagen blijven zitten zodat de wond goed kan genezen. Tijdens uw opname krijgt u uitleg over de katheter en een starterspakket met materiaal dat u nodig heeft voor uw katheter. Hierin zitten onder andere urinebeenzakken en urinenachtzakken.

U heeft een blaaskatheter gekregen. In onderstaande video  leggen we u uit hoe u de katheter thuis kunt verzorgen.

Richt de camera van uw telefoon op de QR-code. Klik op de koppeling die in beeld verschijnt om de video te bekijken.
(https://www.antoniusziekenhuis.nl/prostaatverwijdering-met-da-vinci-robot-adviezen-na-operatie#media-10434)

U krijgt vanzelf een oproep thuis wanneer het polibezoek plaatsvindt. Tijdens dit bezoek wordt de katheter weer verwijderd. Houd tot die tijd rekening met de volgende zaken:

- Uw blaas kan geïrriteerd raken door de katheter. Dit kan blaaskrampen veroorzaken. U krijgt hiervoor tijdens de opname een Kenterapleister. Na 2 dagen mag u deze pleister vervangen voor een nieuwe Kenterapleister die u krijgt van de verpleegkundige als u met ontslag gaat.  Het is de bedoeling dat u 1 dag voor het poli-bezoek aan Continentiezorg deze pleister zelf weer verwijdert.

- Het kan zijn dat er wat urine langs de katheter druppelt. Dit kan komen door blaaskrampen of door een knik in de slang. Zo'n knik kunt u er meestal zelf uithalen.
- U kunt de druppels urine opvangen met incontinentiemateriaal. U kan dit zelf halen bij een drogisterij. Bij de poli-afspraak voor het verwijderen van de katheter, krijgt u van ons 2 pakken incontinentiemateriaal mee naar huis.
- De kleur van de urine kan tot 6 weken na uw operatie lichtrood zijn. Het kan ook gebeuren dat er een stolsel meekomt. Daar hoeft u niet ongerust over te zijn. Houd goed de hoeveelheid, de kleur en de samenstelling van uw urine in de gaten. Belangrijk is de katheter goed blijft aflopen.
- Bij een lymfeklierverwijdering kan het voorkomen dat u vocht vasthoudt in het scrotum en/of de benen. Ook kan het zijn dat de balzak blauw verkleurt. U hoeft hier niet van te schrikken.
- Er kan urinelekkage voorkomen langs de katheter.

Het is van belang dat u de beenzak van de katheter **altijd** op het onderbeen draagt.

### Neem altijd contact met ons op als:

- u een pijnlijke rode zwelling heeft;
- u koude rillingen heeft;
- u koorts heeft en een lichaamstemperatuur van boven de 38.5°C;
- de katheter verstopt zit door gruis of een bloedstolsel;
- de katheter uit het lichaam is gevallen doordat de ballon is leeggelopen.

## Wondverzorging thuis

Uw wond heeft niet veel verzorging nodig. Houd rekening met het volgende:

- De hechtingen lossen vanzelf op binnenin de huid.
- Indien er hechtstripjes op de wond zitten, mag u deze laten zitten totdat deze vanzelf loslaten. Als deze na één week nog op de wond zitten, mag u deze er af halen.
- De eerste 2 weken na de operatie mag u niet in bad of zwemmen in verband met oplosbare hechtingen.
- U mag douchen met de wond.
- Na het douchen hoeft er geen nieuwe pleister op de wond.

## Leefregels en adviezen voor thuis

Hieronder vindt u aantal praktische adviezen voor thuis rondom onder andere pijnstilling, bewegen en eten en drinken.

### Pijnstilling

Bij pijn mag u paracetamol gebruiken. U mag maximaal 4 x per dag 2 tabletten paracetamol van 500 mg innemen. Tijdstippen van inname 08.00 en 12.00 en 17.00 uur en 22.00 uur.  Als u langer dan 7 dagen paracetamol gebruikt, moet u dit afbouwen naar 3 x per dag, 2 tabletten (van 500 mg) per keer.

### Bloedverdunners

Gebruikte u voor de operatie bloedverdunners (acenocoumarol, fenprocoumon, Ascal®, Plavix® etc.)? dan mag

u hier alleen weer mee starten als u dit met uw arts heeft afgesproken. Uw arts vertelt voordat u naar huis gaat wanneer u uw medicijnen weer mag innemen.

## Drinken

We adviseren u om 2 liter vocht per dag te drinken. Dit draagt bij aan een goed herstel en zorgt ervoor dat u voldoende urine aanmaakt. Er zit ook vocht in yoghurt, vla en soepen. Als u het moeilijk vindt om veel te drinken, kunt u die produkten ook nemen.

## Alcohol

Er zijn wat alcohol betreft geen specifieke regels waar u zich na deze operatie aan moet houden. Indien u alcohol drinkt, doe dit dan met mate.

## Eten

We adviseren u om vezelrijke voeding (bruin/volkoren brood, veel fruit en groente) te eten om een regelmatige stoelgang te bevorderen. Zo voorkomt u dat u te veel moet persen als u naar het toilet gaat en dat er te veel druk op het wondgebied komt. Dit is belangrijk voor de genezing van de wond. Voor de opname heeft u op de poli al een recept magnesiumhydroxide gekregen, dat u thuis kunt gebruiken. Het is belangrijk dat u hierbij veel water drinkt, zodat de vezels in deze medicijnen goed hun werk kunnen doen.

## Toiletgang

Om druk op de buikwond te vermijden, verzoeken wij u om 6 weken niet hard te persen bij de ontlasting. U heeft op de poli een recept gekregen voor laxantia.

## Vermoeidheid

In de eerste periode na de operatie kunt u een minder goede conditie hebben. U bent moe en heeft een trager reactievermogen. Het is belangrijk om hier goed mee om te gaan. Zorg ervoor dat u uw activiteiten goed over de dag verdeelt en voldoende rust neemt. U zult merken dat uw conditie geleidelijk aan weer beter wordt.

## Bewegen / tillen / sporten

U mag de eerste 6 weken geen zware lichamelijke arbeid verrichten. Zwaar tillen (5-15 kg), zware huishoudelijke werkzaamheden (zoals stofzuigen) en sporten, kunt u in deze periode beter vermijden. Dit om de wondgenezing van binnen niet te verstoren.

## In bad, douchen of zwemmen

U mag 2 weken niet zwemmen en/of in bad. Douchen mag u wel. (zie ook kopje wondverzorging thuis)

## Fietsen / autorijden

We adviseren u om de eerste 6 weken niet te fietsen. U heeft een zware operatie ondergaan en het is belangrijk dat u hiervan eerst goed herstelt. Tijdens het fietsen zit u precies op het wondgebied. U kunt 2 weken na thuiskomst wel weer beginnen met autorijden. Bouw dit wel langzaam op.

### Seksualiteit

U mag 4 weken geen geslachtsgemeenschap hebben. Heeft u vragen over seksualiteit? U kunt dan via de poli Urologie (https://www.antoniusziekenhuis.nl/urologie) contact opnemen met de verpleegkundige kankerzorg Urologie.

## Polibezoek om katheter te verwijderen

U krijgt thuis een oproep voor het polibezoek na de opname, dit is 7 tot 10 dagen na de operatie. U mag iemand meenemen tijdens deze afspraak. Tijdens dit bezoek verwijdert de continentieverpleegkundige de katheter. Tevens krijgt u van haar een pakket met incontinentiemateriaal mee, na het verwijderen van de katheter is er namelijk meestal sprake van incontinentie (urineverlies). Bij fors urineverlies kunt u vervroegd een afspraak maken bij uw bekkenfysiotherapeut.

Daarnaast neemt de continentieverpleegkundige nog de leefregels met u door. Mocht het nodig zijn dan kunt u contact opnemen met de Continentiezorg (https://www.antoniusziekenhuis.nl/urologie/continentiezorg) via telefoonnummer 088 -320 28 05. Zodra u mag starten met uw bekkenbodemoefeningen, zult u zien dat de incontinentie zal afnemen.

## Uitslag van het weefselonderzoek

Ongeveer twee weken na de operatie wordt u gebeld door de verpleegkundig specialist of een (assistent)uroloog voor de uitslag van het verwijderde weefsel. Soms is er sprake van een positief snijvlak; de tumor zit dan aan de rand van het verwijderde weefsel. Meestal heeft dit geen consequenties.

## Controleafspraak na zes weken

Zes weken na de operatie heeft u een afspraak op de polikliniek. U mag iemand meenemen tijdens deze afspraak.  Eén dag voor deze afspraak is het belangrijk om bloed te laten prikken om uw PSA-waarde te meten. Tijdens uw bezoek aan de polikliniek bespreekt de uroloog de uitslag met u. De PSA-waarde laat zien of er nog prostaat-specifiek antigeen (PSA) in uw bloed aanwezig is. Dit is een belangrijke waarde.

## Bekkenfysiotherapie

Als u na 2-4 weken na verwijderen van de katheter klachten heeft van urineverlies, kunt u een afspraak maken bij de bekkenfysiotherapeut. Zodra de katheter verwijderd is, mag u rustig starten met uw bekkenbodemoefeningen. Ook kunt u zelf de volgende oefening toepassen:

In een pijnloze houding ademt u rustig naar uw buik waarbij u uw bekkenbodem helemaal ontspant. Oefen 3x per dag kort en eindig altijd met ontspanning.

Voor adressen zie: www.defysiotherapeut.com (http://www.defysiotherapeut.com) of vraag het aan uw behandelend bekkenfysiotherapeut in het ziekenhuis. Aanvullende informatie over bekkenfysiotherapeutische behandeling en adviezen na een prostaatverwijdering met de Da Vinci robot vindt u in de folder 'Bekkenfysiotherapie bij verwijdering van de prostaat (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/6188)'.

## Belangrijke telefoonnummers

- Polikliniek Urologie (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/504) 088 320 25 00
- Incontinentiezorg 088 320 25 00
- Spoedeisende Hulp (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/7122) 088 320 3300

## Veilige zorg in het ziekenhuis

In het St. Antonius Ziekenhuis staat veiligheid voorop. Onze medewerkers doen er alles aan om uw bezoek aan het ziekenhuis zo goed mogelijk te laten verlopen. Help ons s.v.p. om goed voor u te zorgen door ons te vertellen:

- Welke medicijnen u gebruikt.
- Of u allergieën heeft.
- Als u iets niet begrijpt.
- Wat u belangrijk vindt.
- Als u iets ziet wat niet schoon is.

Bereid uw gesprek met uw zorgverlener goed voor. Voor tips: Begin een goed gesprek (https://begineengoedgesprek.nl/)

Op de website van de Nederlandse Patiëntenfederatie (https://www.patientenfederatie.nl) leest u meer tips over hoe u zelf kunt bijdragen aan veilige zorg.

## Expertise en ervaring

De urologen van het St. Antonius Ziekenhuis hebben bijzondere expertise op het gebied van uro-oncologische zorgvragen. We behandelen in ons ziekenhuis jaarlijks ruim 2.500 patiënten met een verdenking op prostaat-, nier- of blaaskanker. Doordat we zoveel patiënten behandelen, zien we veel verschillende ziektebeelden en hebben we veel ervaring en expertise opgebouwd. We behoren al jaren tot de top 5 van Nederland als het gaat om het aantal operaties per jaar op het gebied van prostaat-, nier- of blaaskanker.

We doen aan voortdurende kwaliteitsverbetering en zijn steeds op zoek naar de meest optimale behandeling. Ook doen we veel aan onderzoek om steeds beter te kunnen voorspellen wat nodig is en wat resultaten opleveren voor onze patiënten.

We investeren in de nieuwste behandelmethoden- en technieken die zo min mogelijk schade aan het lichaam opleveren. Zo maken we zoveel mogelijk gebruik van de nieuwste Da Vinci-robots waarmee we laparoscopische ingrepen doen (kijkoperaties in de buikholte).

Wilt u meer weten over onze aandachtsgebieden? Bekijk ook onze pagina Prostaatkankercentrum (https://www.antoniusziekenhuis.nl/prostaatkankercentrum).

## Meer informatie

## Patiëntenverenigingen en lotgenotencontact

### Prostaatkankerstichting

De prostaatkankerstichting behartigt belangen, levert een platform voor lotgenotencontact en biedt informatie en voorlichting over het leven met prostaatkanker. Kijk voor meer informatie op:

- www.prostaatkankerstichting.nl (http://www.prostaatkankerstichting.nl)
- of mail naar lotgenoot@prostaatkankerstichting.nl (mailto:lotgenoot@prostaatkankerstichting.nl)

Patiëntenvereniging KWF Kankerbestrijding

- Kijk voor meer informatie op www.kwf.nl (http://www.kwf.nl) of bel de infolijn: 0800 02 26 622.

### Inloophuizen

Een inloophuis is een meestal publiekelijk, vrij toegankelijke ruimte voor een specifieke doelgroep om tegemoet te komen aan behoeften van deze doelgroep. Deze centra zijn een ontmoetingsplek waar mensen die leven met kanker en hun naasten onvoorwaardelijk welkom zijn. Bijvoorbeeld:

- Centrum Cabane in Utrecht. Centrum voor mensen met kanker: www.centrumcabane.nl (http://www.centrumcabane.nl)
- De blauwe anemoon in Gorinchem. Voor mensen met kanker en hun naasten: www.deblauweanemoon.nl (http://www.deblauweanemoon.nl)
- Op de website van IPSO, Inloophuizen en Psycho-oncologische centra Samenwerking en Ondersteuning kunt u ook op regio zoeken. Ga naar www.ipso.nl (http://www.ipso.nl) en klik op de knop 'waar kunt u terecht' of vraag uw verpleegkundige om meer informatie.

# Gerelateerde informatie

## Aandoeningen

- Prostaatkanker (prostaatcarcinoom) (https://www.antoniusziekenhuis.nl/prostaatkanker-prostaatcarcinoom)

## Behandelingen & onderzoeken

- Prostaatkanker onderzoeken (https://www.antoniusziekenhuis.nl/prostaatkanker-onderzoeken)
- Prostaatverwijdering met Da Vinci-robot (RALP) (https://www.antoniusziekenhuis.nl/behandelingen-onderzoeken/prostaatverwijdering-met-da-vinci-robot-ralp)
- Prostaatkanker behandelingen (https://www.antoniusziekenhuis.nl/prostaatkanker-behandelingen)

## Specialismen

- Urologie (https://www.antoniusziekenhuis.nl/urologie)
- St. Antonius Kankercentrum (https://www.antoniusziekenhuis.nl/kankercentrum)
- Prostaatkankercentrum (https://www.antoniusziekenhuis.nl/prostaatkankercentrum)

## Contact Urologie

T 088 320 25 00