Behandeling

# Operatie bij een verzakking van de baarmoeder of vaginatop (Sacrospinale fixatie, SSF)

Een verzakking van de baarmoeder of de vaginatop kunt u soms voelen en zien als een bol in de opening van de vagina.

Een verzakking van de baarmoeder of vaginatop komt regelmatig voor. Vrouwen voelen en zien dit soms als een bol in de opening van de vagina. Door het zwakker worden van spieren en bindweefsel in de bekkenbodem van een vrouw kan de baarmoeder of de vaginatop deels in de opening van de vagina komen te liggen. Een verzakking wordt meestal veroorzaakt door een bevalling.

Bij een verzakking kan een operatie een mogelijkheid zijn. Tijdens de operatie brengt de gynaecoloog de uitgezakte baarmoeder of vaginatop weer op de plaats terug. De operatie noemen we een hysteropexie of sacrospinale fixatie (SSF). In deze folder krijgt u uitleg over de voorbereiding, de opname, de operatie en de nazorg. Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen? Dan kunt u deze aan uw behandelend arts stellen.

**(073) 553 62 50**
Maandag t/m vrijdag 8.30 - 12.00 uur 13.30 - 16.30 uur

## Hoe verloopt de behandeling?

Hier vindt u alle belangrijke informatie over de behandeling.

### De behandeling

Hoe verloopt de behandeling?

### De keuze voor een operatie

Als uit onderzoek is gebleken dat uw baarmoeder of vaginatop is verzakt, vertelt uw behandelend arts welke behandelingen mogelijk zijn. In goed overleg kiest u samen met de arts voor een behandeling die het beste bij u past.

### Wat houdt de operatie in?

Bij deze operatie brengt de gynaecoloog de uitgezakte baarmoeder of vaginatop weer terug op de plaats. De operatie gebeurt via de vagina. Als u nog een baarmoeder heeft, blijft deze bij de operatie zitten.

Vooraf wordt u onder narcose gebracht of krijgt u een ruggenprik. Hierdoor heeft u geen pijn tijdens de operatie.

De gynaecoloog maakt aan de achterzijde van de vaginawand een snede en maakt de baarmoeder of vaginatop vast aan een stevige band in het kleine bekken. Die stevige band noemen we het sacrospinale ligament. Op deze manier wordt de baarmoeder of vaginatop opgehangen en komt zo weer op de plaats waar deze hoort te zitten. De uitstulping is verdwenen en de verzakking verholpen. De hechtingen waarmee de baarmoeder of vaginatop zijn opgehangen, lossen niet op.

Deze operatie combineren we vaak met het ondersteunen van de blaas met hechtingen. Deze hechtingen lossen wel op en er ontstaat littekenweefsel. Dit littekenweefsel ondersteunt de blaas. Daarna haalt de gynaecoloog ook een stukje van de vaginawand weg. Dit stukje is te wijd geworden. De vaginawand wordt vervolgens over de blaas gehecht. Zo is de blaas(verzakking) ondersteund.

## Hoe succesvol is de behandeling?

Verreweg de meeste vrouwen zijn erg opgelucht en tevreden na deze operatie. Wel kunnen er ook na een geslaagde operatie in de loop der jaren opnieuw klachten ontstaan. Dit gebeurt bij 1 op de 20 vrouwen. De ophangbanden kunnen uitrekken of het littekenweefsel blijkt niet sterk genoeg te zijn. Of de verzakking terugkomt, wanneer en hoeveel last u ervan heeft, is niet te voorspellen.

Oorzaken waardoor klachten opnieuw kunnen ontstaan zijn bijvoorbeeld veel hoesten of hard persen bij ontlasting. Er bestaat geen behandeling die zekerheid geeft dat een verzakking voor altijd wegblijft. Bij een nieuwe verzakking kijken we opnieuw hoe we deze verzakking kunnen behandelen.

## Risico's

Bij een operatie kunnen complicaties optreden. Gelukkig komen complicaties na een verzakkingsoperatie heel weinig voor. Omdat we u een eerlijk en compleet verhaal willen vertellen, noemen we hier de meest voorkomende complicaties bij bekkenbodemoperaties:

- **Pijnklachten in de rechterbil.** Dit komt door druk op een zenuw die achter het bindweefsel (ligament) loopt. Daar is de baarmoeder aan vastgezet. Deze klachten duren ongeveer 1 week. Meestal gaat de pijn vanzelf weg. Soms is het nodig dat u iets langer medicijnen inneemt tegen de pijn. Bij een paar vrouwen is het nodig de hechtingen te verwijderen vanwege de pijn.
- **Blaasontsteking.** Een blaasontsteking komt veel voor na een verzakkingsoperatie. Als het nodig is, krijgt u een antibioticum. Een blaasontsteking is daarmee goed te behandelen.
- **Problemen met het op gang komen van het plassen.** Bij 1 op de 10 vrouwen lukt het niet om spontaan te kunnen plassen. Dit komt doordat de stand van de blaas en de plasbuis is veranderd en door een zwelling op de plaats waar u geopereerd bent. Soms kan het ook komen dat de bekkenbodem gespannen blijft door pijn. Als u niet goed kunt plassen of de blaas niet voldoende leeg plast, leert u zichzelf te katheteriseren (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/zelfkatheterisatie-na-een-gynaecologische-operatie). Dit probleem is altijd tijdelijk, meestal een paar dagen.
- **Urine-incontinentie.** Vooral na grote verzakkingen kan het voorkomen dat u na de operatie ineens wel last heeft van ongewenst urine. Dit komt doordat de stand van de blaas is veranderd. Voor de operatie was de afsluiting van de plasbuis al niet goed. Maar door de verzakking werd de plasbuis dichtgedrukt en deze wordt nu ‘ontmaskerd’. Het is dus geen complicatie van de operatie. Meestal is dit goed te herstellen met bekkenbodemtraining of een operatie.
- **Beschadiging van de blaas.** Heel soms wordt de blaas, bij het losmaken van de omliggende weefsels, beschadigd. Er ontstaat dan een gaatje in de blaas. Dit wordt tijdens de operatie weer hersteld of herstelt vanzelf. De opname in het ziekenhuis kan dan wat langer zijn. U heeft na de operatie langer een blaaskatheter nodig.
- **(Na)bloeding.** Een (na)bloeding is een vrij zeldzame complicatie. Vaak is het voldoende om opnieuw een tampon in de vagina te brengen. Soms is een tweede operatie nodig.
- **Seksuele problemen.** Een verzakking kan seksuele problemen geven. Na herstel van de verzakking wordt er vaak juist een verbetering van de seksualiteit ervaren. Door de operatie kan littekenweefsel ontstaan dat vooral in de eerste periode

na de operatie gevoelig kan zijn. Ervaart u seksuele problemen na de operatie? Aarzel dan niet om een afspraak met de gynaecoloog te maken om hierover te praten. Deze problemen kunnen vaak verholpen worden.

## Voorbereiding

Hoe bereidt u zich voor?

### Preoperatieve Screening en Centraal Apotheek Punt

Het is belangrijk dat u goed en veilig wordt voorbereid op de operatie.

Daarom wordt u enige tijd voor uw opname in het ziekenhuis gebeld door het Centraal Apotheek Punt (CAP) (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/centraal-apotheek-punt-cap) en door de afdeling PreOperatieve Screening (POS) (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/preoperatieve-screening-posintake).

De medewerker van het CAP controleert met u de medicatie die u (eventueel) gebruikt. De medewerker van de POS stelt u een aantal vragen over uw thuissituatie en over uw gezondheid.

De anesthesist kan het om medische redenen nodig vinden dat u naar de afdeling Preoperatieve Screening in het ziekenhuis komt. Deze afspraak duurt dan ongeveer 1 uur.

Let op! De gesprekken met het CAP en POS zijn belangrijk; uw operatie kan zonder deze gesprekken niet door gaan.

Op www.jbz.nl/anesthesie (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/anesthesie) leest u meer over de verdoving en bewaking tijdens de operatie. Als u hierover vragen heeft, kunt u deze stellen tijdens het gesprek met de POS-medewerker.

### Informatiefolder voorbereiding voorbereiding (dag)opname

Lees voor de opname de informatie "Voorbereiding op een (dag)opname (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/naar-het-ziekenhuis/voorbereiding-op-een-dagopname-in-het-ziekenhuis)".

### Belangrijke informatie

## Inplannen operatie

Na de afspraak op de afdeling POS/Intake krijgt u een telefoontje van een medewerker van de operatieplanning. Zij plant met u een operatiedatum.

## Recept voor soepele ontlasting

Vóór uw operatie krijgt u een recept waarmee u bij de apotheek een middel kunt ophalen om uw ontlasting soepel te houden (Macrogol). U hoeft hier pas na de operatie mee te starten, als u weer thuis bent.

## Allergie

Bent u overgevoelig voor bepaalde medicijnen, jodium of pleisters? Dan willen wij dat graag voor de operatie weten. Vertel het aan uw arts als hij of zij dit nog niet weet.

### Opname ziekenhuis

Tenzij anders met u is afgesproken, blijft u na deze operatie één nacht in het ziekenhuis.

## Nuchter zijn

Het is belangrijk dat uw maag voor de operatie of het onderzoek leeg is. Dit noemen we nuchter zijn. Dit voorkomt dat de inhoud van uw maag tijdens de verdoving in uw luchtpijp en longen terechtkomt. Als dit gebeurt, kan dat ernstige complicaties geven.

Bent u niet nuchter? Dan kan de operatie of het onderzoek niet door gaan.

Om te zorgen dat u nuchter bent, houdt u zich aan de volgende regels:

**Tot 6 uur voor het tijdstip van opname:**

- U mag normaal eten en drinken.

**Vanaf 6 uur voor het tijdstip van opname:**

- U mag niets meer eten (ook geen snoepjes). U mag nog wel kauwgom kauwen, maar u mag de kauwgom niet doorslikken.
- U mag nog wel drinken: water, helder appelsap, thee of koffie zonder melk (eventueel met zoetjes of suiker).
- U mag niet meer drinken: melk(producten), koolzuurhoudende dranken of alcohol.

**Vanaf 2 uur voor het tijdstip van opname:**

- U mag niets meer eten en drinken (ook geen snoepjes). U mag nog wel kauwgom kauwen, maar u mag de kauwgom niet doorslikken. Gooi de kauwgom weg als u naar de operatieafdeling gaat.
- Een slokje water om medicijnen in te nemen - of bij het tandenpoetsen - mag wel.

**Na opname op de afdeling:**

- Na opname kunt u nog tot 300 ml ranja (dat zijn 2 glaasjes) met paracetamol op de afdeling van opname aangeboden krijgen.

*Dit zijn algemene instructies voor het nuchter zijn. Het kan zijn dat u van de arts andere instructies krijgt. U ontvangt hierover bericht in uw MijnJBZ en eventueel op papier.*

*Als u een dag vóór de operatie of het onderzoek wordt opgenomen, volgt u de instructies van de verpleegafdeling over het nuchter zijn.*

## Kunt u op de afgesproken datum niet komen?

Bel dan zo snel mogelijk, maar uiterlijk één werkdag voor de opnamedatum, naar de polikliniek.

Bent u de dagen voor de operatie erg verkouden, moet u veel hoesten of heeft u koorts? Bel dan minimaal 24 uur voor de opname met afdeling POS, (073) 553 34 64.

## Waar meldt u zich?

U meldt zich bij de Infobalie bovenaan de roltrap. Daar wordt u doorverwezen naar de verpleegafdeling.

## Voor de behandeling

De verpleegkundige ontvangt u op de afdeling en bereidt u verder voor op de behandeling. Als u aan de beurt bent voor de operatie, brengt de verpleegkundige van de afdeling u naar het Operatiecentrum (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/operatiecentrum).

De verpleegkundige brengt u eerst naar de 'holding'. Dit is de voorbereidingsruimte. Hier draagt de verpleegkundige u over aan de anesthesiemedewerker.

Op de holding sluiten we u aan op bewakingsapparatuur. U krijgt plakkers op de borst om de hartslag te meten en een klemmetje op uw vinger om het zuurstofgehalte in uw bloed te controleren. Ook krijgt u een band om uw arm waarmee de bloeddruk wordt gemeten. Verder krijgt u een infuus in uw hand of arm. Hierdoor kunnen we u medicijnen geven.

Het kan zijn dat de operateur en/of de anesthesioloog daarna nog langskomen om een paar laatste vragen te stellen. We brengen u vervolgens naar de operatiekamer.

## Na de behandeling

Wat gebeurt er na de behandeling?

### Uitslaapkamer

Na de operatie brengen wij u naar de uitslaapkamer. Net als tijdens de operatie controleren we voortdurend uw bloeddruk, hartritme en zuurstofbehoefte. Als alles goed met u gaat en u voldoende wakker bent, brengen we u terug naar de afdeling.

### Op de afdeling

Als u zich goed voelt, kunt u na terugkeer op de verpleegafdeling tijdens de bezoekuren bezoek ontvangen.

Uw darmen hebben door de narcose en de operatie tijdelijk stilgelegen. Na de operatie komen de darmen langzaam weer op gang. U mag weer eten en drinken als u niet misselijk bent en er zin in heeft. Winden laten is een positief teken. Dat wijst erop dat de darmen weer gaan werken.

U blijft een nacht in het ziekenhuis. De dag na de operatie verwijdert de verpleegkundige de tampon en de katheter. We controleren dan of u goed kunt uitplassen. Deze controle gebeurt met een echo. Het kan soms zo zijn dat u niet goed kunt uitplassen. Dit is een reactie op de operatie.

De eerste dagen na de operatie kunnen uw onderbuik, liezen en vagina gevoelig zijn. Hiervoor krijgt u medicijnen. De gevoeligheid wordt langzaam minder. Tijdens de opname krijgt u spuitjes in uw buik of bovenbeen om trombose te voorkomen.

Uw gynaecoloog komt bij u langs op de afdeling om te vertellen hoe de operatie verliep en om eventuele vragen te beantwoorden.

### Naar huis

Bent u gezond en zijn er geen problemen na de operatie? Dan mag u (de volgende dag) weer naar huis.

U heeft al een recept gekregen voor een middel om de ontlasting soepel te houden (Macrogol). We adviseren u hier thuis meteen mee te starten.

### Controle

Na 6 weken komt u op controle.

## Adviezen en leefregels voor thuis

Waar moet u thuis op letten?

Na terugkeer uit het ziekenhuis heeft u hersteltijd nodig omdat de ontwikkeling van littekenweefsel - dat nieuwe ondersteuning voor de organen in uw bekkenbodem vormt - nog in volle gang is. Daarom is het belangrijk om het rustig aan te doen. Uw lichaam geeft aan wat u aankunt. Het is belangrijk dat u daarnaar luistert.

Een week na de operatie belt de verpleegkundige van de polikliniek Gynaecologie om te vragen hoe het met u gaat.

## Vaginale zetpillen

Bent u in de overgang of heeft u de overgang al achter de rug? Dan kan de gynaecoloog u adviseren om voor en na de operatie vaginale zetpillen of crème met vrouwelijke hormonen te gebruiken. Deze verbeteren de doorbloeding van de vagina, waardoor de vaginawand beter herstelt.

## Adviezen voor thuis

**Eten en drinken**

Om de bekkenbodem niet te veel te belasten is het belangrijk dat de stoelgang altijd soepel verloopt.  Zorg ervoor dat u vezelrijke voeding (https://www.voedingscentrum.nl/nl/service/vraag-en-antwoord/gezonde-voeding-en-voedingsstoffen/wat-is-een-vezelrijke-voeding-.aspx) eet. Voldoende drinken helpt hierbij, minstens 1,5 - 2 liter per dag.

**Tillen**

Zwaar tillen en zwaardere huishoudelijke bezigheden kunt u de eerste 6 weken na de operatie beter niet doen. Wel kunt u meestal na 1 week weer licht huishoudelijk werk doen.

**Douchen, baden en zwemme**n

U mag gewoon douchen. U mag wel pas na 6 weken weer in bad en zwemmen.

**Hoesten**

Hoesten geeft druk op de bekkenbodem. Als u veel of lang moet hoesten, is het verstandig hier iets voor te gebruiken. U kunt hiervoor een geneesmiddel halen bij de apotheek of drogist.

**Afscheiding**

Het kan zijn dat u afscheiding heeft. U kunt hiervoor een inlegkruisje of verband gebruiken. Zolang u afscheiding heeft, mag u geen tampons gebruiken. Dit is belangrijk om een infectie te voorkomen.

**Hechtingen**

In de weken na de operatie lossen de hechtingen in de vagina vanzelf op. De hechtingen kunnen tot ruim 6 weken na de operatie vanzelf uit de vagina komen.

**Werk**

Werkt u buitenhuis? Dan adviseren we u om dit de eerste weken niet te doen. Bij lichamelijk zwaar werk is het verstandig nog iets langer te wachten met werken. U kunt dit al voor de operatie met de gynaecoloog en uw bedrijfsarts bespreken. Eventueel kunt u samen met uw bedrijfsarts een plan opstellen.

**Wanneer mag ik weer autorijden?**

Autorijden, maar ook het besturen van andere vervoersmiddelen mag alléén doen als u weer goed bent hersteld. Dit zegt de wet. Uw arts kan en mag niet beoordelen of u in staat bent om uw auto te besturen. U moet dus zelf een inschatting maken of het veilig en verantwoord is om te rijden na een behandeling. Autorijden doet u altijd op eigen risico. Vanwege de behandeling adviseert de arts u de eerste 2 weken niet zelf auto te rijden. Wij adviseren u om uw autoverzekeringspolis te bekijken omdat ook uw verzekeraar bepaalde eisen kan stellen aan het rijden na een behandeling.

**Seksualiteit**

We adviseren u om tot de eerste controleafspraak geen seks te hebben. Zo geeft u de vaginawand de kans om te genezen. Tijdens de controleafspraak kijkt de gynaecoloog of de vaginawand goed genezen is. Is dit het geval? Dan kunt u daarna weer seks hebben.

# Leefregels voor thuis

## 0 tot 2 weken

Mag u **niet** zwaar tillen. Dit betekent dat u niet meer dan 1 tot 2 kilogram mag tillen. Verder adviseren we u de eerste 2 weken **geen** auto te rijden.

## 2 tot 6 weken

Mag u **niet** zwaar tillen. Dit betekent dat u niet meer dan 5 kilogram mag tillen.

## Vanaf 6 weken

Mag u:

- uw dagelijkse activiteiten oppakken;
- in bad;
- seks hebben en/of tampons gebruiken;
- (buitenshuis) werken;
- meestal weer sporten;
- fietsen;
- zwemmen, als u geen bloedverlies meer heeft;
- meer tillen, tot 15 kilogram.  Niet iedereen tilt op dezelfde manier. Geef geen druk op de bekkenbodem bij kracht zetten of tillen. We weten dat druk op de bekkenbodem klachten kan veroorzaken. Probeer dit door een goede houding en goed spiergebruik (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/adviezen-na-een-gynaecologische-operatie-bij-een-verzakking) te voorkomen. Daarom houden we ongeveer 15 kg aan als maximale belasting van de bekkenbodem. Soms komt het voor dat u zwaarder tilt, bijvoorbeeld een (klein)kind. Dat is niet erg, maar zorg ervoor dat u dit niet blijft doen.

**Bekijk het onderstaand filmpje over leefregels voor thuis**

Bekijk de video op de website (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/operatie-bij-een-verzakking-van-de-baarmoeder-of-vaginatop-sacrospinale-fixatie-ssf).

# Bij welke klachten belt u?

U belt bij één van de volgende klachten:

- bij toenemende pijn;
- aanhoudende koorts boven de 38 °C;
- bij een blaasontsteking: u moet vaak plassen en u heeft een branderig gevoel bij het plassen;
- moeilijk kunnen plassen;
- sterk ruikende abnormale afscheiding;
- toenemend (helderrood) bloedverlies;
- moeilijk naar het toilet kunnen om te poepen;
- wegblijven van de menstruatie in combinatie met buikpijn.

Tijdens kantooruren belt u Gynaecologie & Verloskunde: (073) 553 62 50. In dringende gevallen buiten kantoortijden belt u de Spoedafdeling Gynaecologie & Verloskunde, telefoonnummer: (073) 553 20 20.

## Wat doet u bij problemen thuis?

Krijgt u vóór uw controleafspraak meer pijn of blijft u pijn houden? Of zijn er andere problemen die te maken hebben met de operatie? Dan belt u het ziekenhuis.

Tijdens kantoortijden belt u naar de polikliniek Gynaecologie & Verloskunde: (073) 553 62 50. In dringende gevallen buiten kantoortijden belt u de Spoedafdeling Gynaecologie & Verloskunde, telefoonnummer: (073) 553 20 20.

## Vragen

Heeft u na het lezen van deze informatie nog vragen, dan kunt u bellen naar de polikliniek Gynaecologie, telefoonnummer: (073) 553 62 50.

# Praktische tips

### Wat neemt u mee?

Bij iedere afspraak in het ziekenhuis neemt u mee:

- een geldig identiteitsbewijs
- uw Actueel Medicatie Overzicht (AMO).

Hier vindt u meer informatie (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/wat-neemt-u-mee) over wat u moet meenemen.

Afspraak op onze locatie in 's-Hertogenbosch, Boxtel, Drunen, Rosmalen of Zaltbommel? Meld u eerst digitaal aan. Lees hier (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/aanmelden) hoe dit werkt.

### Opleidingsziekenhuis

In het JBZ leiden we verpleegkundigen, coassistenten, artsen en andere zorgverleners op. Dit betekent dat bij uw afspraak soms meerdere zorgverleners aanwezig zijn. En het kan zijn dat u onderzocht of behandeld wordt door een zorgverlener in opleiding (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/opleidingsziekenhuis-met-wie-heeft-u-een-afspraak). Deze zorgverlener werkt altijd onder supervisie van een gekwalificeerde zorgverlener.

### Bekijk uw zorgverzekering

Controleer zelf vóór een afspraak in het JBZ of uw zorg wordt vergoed:

- Bekijk hier (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/tarieven) met welke zorgverzekeraars het JBZ een contract heeft.
- Het hangt ook af van uw polis of uw zorgverzekeraar alle zorg volledig vergoedt.
- Onze zorg valt voor volwassenen onder het wettelijk eigen risico. Dit betekent dat u ieder jaar eerst een bedrag zelf moet betalen, voordat uw zorgverzekeraar kosten gaat vergoeden.

### MijnJBZ

Via MijnJBZ (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/mijnjbz) kunt u zelf een deel van uw persoonlijke en medische gegevens inzien die in het JBZ over u bekend zijn. Dit is mogelijk door in te loggen via mijnjbz.nl of via de MijnJBZ-app: HiX Patiënt (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/mijnjbz/meer-informatie-over-mijnjbz/mijnjbz-app-hix-patient).

### Uw rechten en plichten als patiënt

Als patiënt heeft u een aantal wettelijke rechten en ook een aantal wettelijke plichten. Hier vindt u een overzicht (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/regels-en-rechten).

# Betrokken afdelingen

Bekkenbodemcentrum (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/bekkenbodemcentrum)

Gynaecologie en Verloskunde (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/gynaecologie-en-verloskunde)

# Meer informatie

bekkenbodem4all (https://www.bekkenbodem4all.nl)
Hier vindt u meer informatie over bekkenbodemklachten dat is ontwikkeld door een patiëntenorganisatie.

degynaecoloog (https://www.degynaecoloog.nl)
Hier vindt u meer informatie over bekkenbodemklachten dat is ontwikkeld door zorgverleners.

Bekkenbodemwijzer (https://bekkenbodemwijzer.nl/)
Bekkenbodemwijzer is een platform waar je betrouwbare informatie vindt op het gebied van Urogynaecologie.

Code GYN-740

Copyright 2026 Jeroen Bosch Ziekenhuis