

Urologie
040 286 4865

Richtlijnen en leefregels na een TUR prostaat

Je hebt in het Anna Ziekenhuis een TUR prostaat ondergaan. In deze informatie tref je de richtlijnen en leefregels aan omtrent de nazorg thuis.

- De urine kan nog 4 tot 6 weken roze/rood van kleur zijn.
- Drink voldoende, minimaal 2 liter per dag.
- Bloedverdunners in overleg met de uroloog starten, meestal als de urine 2 dagen helder is.
- Matig met alcohol (1-2 glazen per dag is toegestaan).
- Zorg voor een regelmatig ontlastingspatroon en vermijd hard persen, onder andere door vezelrijke voeding te gebruiken.
- Zorg voor voldoende lichaamsbeweging, maak bijvoorbeeld dagelijks een wandeling.
- 2 weken niet tillen en oppassen met bukken.
- 2 weken geen zware lichamelijke arbeid verrichten.
- De eerste maand niet fietsen.
- Rustig sporten mag na 2 weken.
- Je mag 6 weken geen geslachtsgemeenschap hebben.

Neem contact op met de uroloog als:

- De roze/rode kleur van de urine niet verbetert.
- Er duidelijke bloedstolsels worden geplast.
- Je niet meer kunt plassen.
- Je koorts hebt boven 38,5 die langer dan 24 uur aanhoudt.
- Je aanhoudende pijn hebt die niet onder controle is. Ondanks de voorgeschreven pijnstillers of met 4x daags 2 tabletten paracetamol van 500mg.

Op werkdagen tussen 8.30 en 17.00 uur
Polikliniek urologie, telefoon: 040 286 4865.

Na 17:00 uur en in het weekend
Spoedeisende hulp (SEH), telefoon: 040 286 4834.

Op de dag van de ingreep tussen 8:00 - 18:00 uur
Afdeling kortverblijf, telefoon: 040 286 4182.
(Op vrijdag is de afdeling kortverblijf geopend tot 17.00 uur)

Afdeling Heelkunde, telefoon: 040 286 4843.

Controleafspraak

Een afspraak voor de nacontrole wordt voor je gemaakt op de dag van jouw ontslag uit het ziekenhuis.

Zie hiervoor jouw afsprakenkaartje.

Wil je deze informatie online bekijken ga dan naar
[www.annaziekenhuis.nl/medische-informatie/uro028-
leefregels-na-turp-operatie/](http://www.annaziekenhuis.nl/medische-informatie/uro028-leefregels-na-turp-operatie/)
Of scan met je telefoon of tablet de QR-code.



URO028
21-02-2024