

Urologie  
040 286 4865

### **Leefregels na een prostaat operatie**

Je hebt in het Anna Ziekenhuis een operatie aan je prostaat ondergaan. Hieronder vind je de leefregels omtrent de nazorg thuis.

De genezing van de inwendige wond duurt 2 tot 3 maanden. In deze periode kun je in het begin nog wat plasproblemen hebben omdat de sluitspier nog moet wennen aan de nieuwe situatie.

Het is mogelijk dat je nog vaak moet plassen en dat je de plas minder goed kunt ophouden. Dit probleem verdwijnt vanzelf als de wond is genezen. Je kunt ervoor kiezen om incontinentiemateriaal in huis te halen, zoals Tena Men level 1 of 2.

In de eerste 6 weken na de operatie kan er een enkele keer nog wat bloed bij de plas zitten. Doet zich dat bij jou voor, neem dan rust en drink veel (zo'n 2 liter per dag) totdat de urine weer helder van kleur is.

Blijft de urine desondanks meerdere dagen achterelkaar bloederig (te vergelijken met tomatensap/rode wijn)? Neem dan contact op met de poli urologie.

#### **Je wordt geadviseerd om de eerste 6 weken na de operatie:**

- Minstens 2 liter per dag te drinken en als het warm is meer
- Geen zware lichamelijke arbeid te verrichten of zwaar te tillen
- Niet te fietsen
- Zo min mogelijk te persen bij de ontlasting (voorkom een trage stoelgang door veel te drinken en vezelrijke voeding te eten)
- Geen geslachtsgemeenschap te 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  
08-01-2026