

Na de 'Sterilisatie van de man'

De ingreep is achter de rug. U bent gesteriliseerd. Hierbij willen we u nog aanvullende adviezen en een korte uitleg geven.

Adviezen

- Draag een **strakke onderbroek**. De strakke onderbroek drukt uw ballen tegen uw onderbuik. Daardoor staat er minder spanning op de zaadleiders. Dit maakt de kans op bloedingen of zwelling wat minder.
- **Koel** bij thuiskomst de balzak (met bijvoorbeeld een koelelement of *cold pack*). Dit verlicht de pijn en maakt de kans op zwelling kleiner. Doe altijd een theedoek om het koelelement heen om bevriezing van de huid te voorkomen.
- Doe het de **eerste dagen rustig aan** om bloeding en zwelling te voorkomen. Het is verstandig om één of twee dagen vrij te nemen en veel rust te houden. Daarna kunt u uw gewone werkzaamheden rustig aan hervatten.
- Houd er rekening mee dat u de eerste week na de ingreep geen zwaar lichamelijk werk mag verrichten. Ook fietsen of sporten mag de eerste week nog niet.
- De eerste week na de ingreep kunt u beter niet vrijen of masturberen.
- Douchen mag vanaf 24 uur na de ingreep. Na een week mag u weer in bad of naar het zwembad.
- De huid van uw balzak wordt gehecht met oplosbare hechtingen. Het duurt gemiddeld 7 tot 14 dagen voordat de hechtingen 'oplossen'.

Pijnstilling

- U kunt bij thuiskomst direct starten met paracetamol. Gebruik maximaal vier keer per dag twee tabletten paracetamol van 500mg.
- Eventueel mag u hiernaast ibuprofen innemen, één tot drie keer per dag 400mg.

Normaal beloop na de sterilisatie

Soms kunnen de wondjes een beetje nabloeden. Dat kan geen kwaad. Doe eventueel wat verbandgaas in uw onderbroek en leg dat tegen de wondjes aan.

De eerste paar dagen kan de balzak nog gevoelig en wat gezwollen zijn. Ook kan de huid van uw balzak rond de wondjes wat blauw zien. Na verloop van tijd kan het zijn dat u een bobbeltje van een paar millimeter blijft voelen op de plek waar de zaadleider is gehecht. Dit is normaal littekenweefsel.

Tekenen van complicaties

- *Zwelling*: soms kan uw balzak flink opzwellen (2-3x zo groot als normaal), waarbij de huid van de balzak pral gespannen staat. Dit kan wijzen op een nabloeding.
- *Ontsteking*: soms kan de teelbal gaan ontsteken. De balzak wordt dan rood, dik en pijnlijk en voelt warm aan. Meestal krijgt u hierbij ook koorts. Soms kan er pus uit het wondje komen.

Neem bij tekenen van complicaties contact op met onze huisartsenpraktijk of (in de avond, nacht of het weekend) met de huisartsenpost in uw regio.

Contact gegevens

Huisartsenpraktijk Nieuwpoort
Vlietzicht 4
2965CG Nieuwpoort
0184 – 601468 (keuze 3)

Huisartsenpost Gorinchem
Banneweg 57
4204AA Gorinchem
0183 – 646410

Het zaadonderzoek

Het duurt ongeveer drie maanden voordat alle zaadcellen uit het zaadvocht zijn verdwenen (gemiddeld na twintig zaadlozingen). Na minimaal drie maanden moet u zaadvocht inleveren bij het laboratorium in het Beatrix ziekenhuis. Volg de volgende instructies:

Maakt vooraf online een afspraak voor het zaadonderzoek via:

www.resultlaboratorium.nl/patienten/afspraak/. Kies bij het maken van de afspraak voor 'spermaonderzoek na vasectomie'. Bij 'verwijzer/ huisarts' kunt u 'Pos of Hoenjet' invullen.

U kunt hierbij kiezen uit twee locaties:

- 1) Beatrix ziekenhuis te Gorinchem, op de 2^{de} verdieping bij het fertiliteitslaboratorium op afdeling B2 (volgt borden 'Secretariaat laboratorium').
- 2) Albert Schweitzer ziekenhuis te Zwijndrecht, op de begane grond bij het Result laboratorium F-lab (volg borden 'Bloedafname').

Vang alleen sperma op als u dit **binnen één uur**, op het afgesproken tijdstip, op het fertiliteitslaboratorium kan inleveren. Buiten deze tijden is het niet mogelijk om dit onderzoek uit te voeren.

Instructies vooraf

- U krijgt van ons een steriel potje voor het zaadonderzoek, een laboratoriumformulier en een etiket mee.
- Bewaar uw potje bij kamertemperatuur en spoel dit absoluut niet om. Gebruik geen ander potje of condoom. Mocht het potje verontreinigd zijn haal dan een nieuw potje. Neem in geen geval een alternatief potje.
- De zaadlozing moet worden opgewekt door masturbatie. Dus niet door een onderbroken geslachtsgemeenschap omdat er dan sperma verloren gaat. Vang de gehele zaadlozing rechtstreeks op in het steriele potje. Sluit het potje daarna goed.
- Noteer alle gevraagde gegevens (tijd van de zaadlozing, uw naam en geboortedatum) op het etiket en plak dit op het potje.
- Bescherm het potje tegen schudden en temperatuurswisselingen. Bijvoorbeeld door het in te pakken in aluminiumfolie en het zo dicht mogelijk op het lichaam te bewaren (bijvoorbeeld in de binnenzak van uw jas).
- Lever het potje en het bijhorende aanvraagformulier binnen één uur na zaadlozing in op de gekozen locatie.

De uitslag

Ongeveer twee werkdagen nadat u het zaadmonster heb ingeleverd bij het laboratorium kan u met onze praktijk contact opnemen over de uitslag.

Gebruik aanvullende anticonceptie (zoals een condoom) totdat het zaadonderzoek heeft bewezen dat u onvruchtbaar bent!