

# Plassen na een ruggenprik

## Adviezen voor thuis

**U bent voor een ingreep op de dagbehandeling chirurgie van Noordwest Ziekenhuigroep verdoofd met een ruggenprik. De sluitspier van de blaas ligt hierdoor zo'n 4 tot 5 uur na de ingreep stil. U kunt daardoor tijdelijk niet plassen en uw blaas kan (te) vol raken. U krijgt dan buikpijn. In deze folder vindt u adviezen hoe u dit kunt voorkomen.**

### ■ Drink thuis niet te veel

Om te voorkomen dat uw blaas (te) vol raakt, is het belangrijk dat u na de ingreep thuis niet te veel drinkt: niet meer dan 500 ml. Met dit overzichtje kunt u gemakkelijk nagaan hoeveel dit is:

- 1 kopje is 125 ml
- 1 beker is 150 ml
- 1 groot glas is 250 ml
- 1 kop soep is 150 ml

Is de sluitspier niet langer verdoofd en heeft u weer geplast? Dan mag u weer onbeperkt drinken.

U mag wel gewoon alles eten.

### ■ U moet binnen 8 uur na de ingreep geplast hebben

Houdt u er rekening mee dat de eerste keer plassen anders voelt dan normaal.

U heeft bijvoorbeeld geen krachtige straal, u plast met tussenpauzes, plassen voelt anders en/of u voelt niet dat u plast. U hoeft zich hier geen zorgen over te maken. Het normale gevoel komt vanzelf langzaam terug.

### ■ Wanneer waarschuwt u de dagbehandeling chirurgie?

Heeft u 8 uur na de ingreep nog niet geplast? Neem dan contact op met de dagbehandeling chirurgie van die locatie waar u onder behandeling bent: locatie Alkmaar of Den Helder.

### **Dagbehandeling chirurgie, locatie Alkmaar**

Van maandag tot en met vrijdag bereikbaar van 07:00 – 21:00 uur,  
telefoon 072 - 548 2592.

Na 21:00 uur kunt u contact opnemen met de spoedeisende hulp (SEH), telefoon  
072 – 548 2488/ 548 2480.

### **Dagbehandelcentrum, locatie Den Helder**

Van maandag tot en met vrijdag bereikbaar van 07:00 - 19:00 uur,  
telefoon 088 - 085 1212.

Na 19:00 uur kunt u contact opnemen met de spoedeisende hulp (SEH), via  
telefoonnummer 0223 - 69 6969. Vraag vervolgens doorverbonden te worden  
met de SEH.