



# PESSARIUM



# INHOUD

<b>01</b>	Inleiding	4
<b>02</b>	Wat is een pessarium?	5
<b>03</b>	Hormonale therapie tijdens de menopauze	6
<b>04</b>	Zelfzorg	7
<b>05</b>	Nevenwerkingen	11
<b>06</b>	Opvolgconsulten	13
<b>07</b>	Praktische informatie	14

# 01 INLEIDING

Uw arts heeft tijdens de consultatie gesproken over de behandeling van prolaps met een pessarium. In deze brochure krijgt u meer details over de behandeling en advies voor zelfzorg. Mogelijk zijn niet alle thema's die aan bod komen voor u van toepassing. Hebt u nog vragen, dan kunt u terecht bij uw behandelende arts en de verpleegkundigen van de poliklinieken Gynaecologie en Urologie.

## 02 WAT IS EEN PESSARIUM?

Uw arts heeft u voorgesteld om tijdelijk of blijvend een pessarium te dragen als behandeling voor een prolaps of verzakking. Een pessarium is een medisch hulpmiddel dat in de vagina gebracht wordt. Het ondersteunt de organen die verzakt zijn en die klachten veroorzaken. Bij driekwart van de vrouwen met prolapsklachten vinden we een passend pessarium en verminderen de klachten. Soms is het niet mogelijk om een goed passend pessarium te vinden of treden zelfs nieuwe, andere klachten op. Aan het gebruik van een pessarium zijn weinig risico's verbonden.

---

### Vorm en maat

De keuze voor een bepaalde vorm en maat is afhankelijk van een aantal factoren:

- ▲ de plaats en de ernst van de verzakking
- ▲ de steun die de weefsels in het kleine bekken nog bieden
- ▲ of u al dan niet seksueel actief bent
- ▲ of u het pessarium al dan niet zelf wil plaatsen en verwijderen

Vaak betekent dit dat u meerdere pessaria zal moeten passen voor u het juiste gevonden hebt.

Een pessarium dat goed past:

- ▲ verbetert de prolapsklachten
- ▲ voelt comfortabel aan
- ▲ blijft zitten tijdens activiteiten en toiletgang
- ▲ geeft geen problemen bij het plassen of stoelgang maken
- ▲ irriteert de vagina niet

## 03 HORMONALE THERAPIE TIJDENS DE MENOPAUZE

Tijdens de menopauze valt de werking van de eierstokken stil. Hierdoor ontstaat een tekort aan vrouwelijke hormonen (oestrogenen) in het lichaam. Het oestrogeentekort heeft een impact op verschillende lichaamszones. De vulva (uitwendig deel van het vrouwelijke geslachtsorgaan) en de vagina gaan hierdoor atrofieren (de huid en slijmvliezen worden dunner en brozer en de vochtproductie vermindert). Dat leidt tot klachten zoals droog gevoel, irritatie, jeuk, pijn bij het vrijen en infecties.

Om dit proces tegen te gaan, kunt u via de vagina hormonen toedienen. Zo kan de plaatsing van een pessarium vlot en pijnloos verlopen.

De vaginale ovules (zetspil die in de vagina wordt ingebracht) met hormonen plaatst u het best 's avonds, net voor u gaat slapen, om te voorkomen dat de ovule weer naar buiten komt bij het bewegen. U brengt de ovule ook het best diep genoeg in de vagina (zoals een tampon, een halve tot een vinger diep). Hou er wel rekening mee dat u door deze ovules meer afscheiding (of witverlies) kunt hebben, met name de ochtend na het inbrengen. De hormonen werken lokaal (in de vagina). Er wordt slechts een kleine hoeveelheid in het lichaam opgenomen.

## 04 ZELFZORG

---

### Intieme hygiëne

Wanneer u een pessarium draagt, is het mogelijk dat u meer afscheiding (of witverlies) hebt dan normaal. Dit hoeft geen probleem te zijn en is perfect normaal als de geur of het uitzicht van de afscheiding niet veranderen. Door de toegenomen afscheiding kunt u de behoefte voelen om u vaker intiem te wassen, speciale producten te gebruiken of verbandjes te dragen. Om het evenwicht in de vagina te bewaren, irritatie en infecties te voorkomen raden we dit af.

U gebruikt bij voorkeur enkel water voor het dagelijkse intiem toilet. Het gebruik van zeep is af te raden: dit kan leiden tot irritatie. Wil u toch zeep gebruiken, kies dan voor een aangepast product. Vraag indien nodig advies aan uw arts.

Het dagelijks gebruik van wegwerpinlegkruisjes raden we af. Dit kan namelijk tot irritatie leiden. Katoenen herbruikbare inlegkruisjes die uitgewassen kunnen worden of wegwerpinlegkruisjes van biokatoen zijn een mogelijk alternatief. Deze inlegkruisjes kunt u online bestellen (zoek via Google op 'wasbare inlegkruisjes' of 'inlegkruisjes biokatoen'). De kostprijs is ongeveer 4 euro per wasbaar inlegkruisje. De wegwerpinlegkruisjes van biokatoen kosten 0,15 euro/stuk.

Bij urineverlies gebruikt u aangepast absorberend verband. Inlegkruisjes en maandverband zijn niet geschikt om urineverlies op te vangen door de kans op irritatie en infectie. Voor witverlies en menstruatie kunnen inlegkruisjes en maandverband wel dienen. Aangepast incontinentiemateriaal kunt u kopen in thuiszorgwinkels, in sommige grootwarenhuizen en in de apotheek.

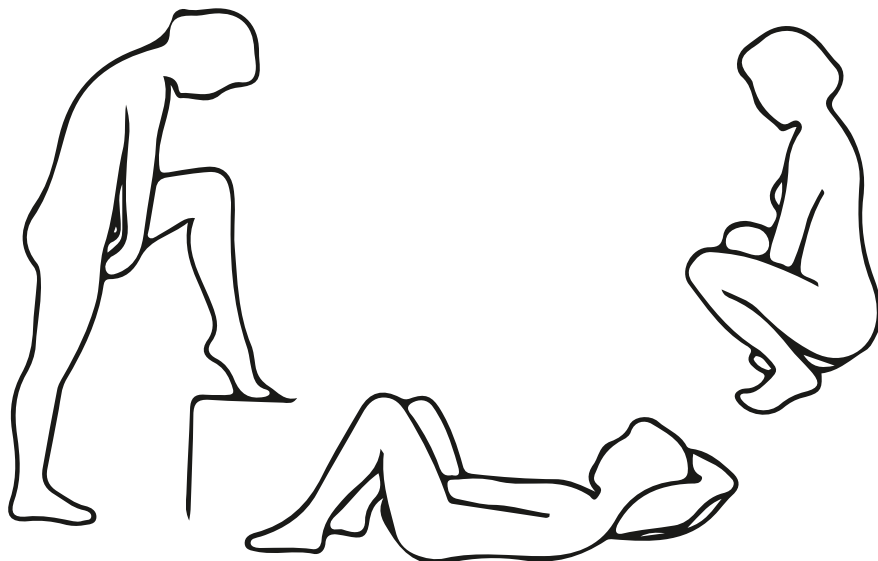
## Het pessarium verwijderen en herplaatsen

Wilt u het pessarium dagelijks of wekelijks verwijderen en herplaatsen, dan zullen de verpleegkundige of de arts u leren hoe u dit het beste doet.

### Vorbereiding

Was uw handen met water en zeep vóór en na het verwijderen of plaatsen van het pessarium. Het is niet noodzakelijk om de handen te ontsmetten of om handschoenen te dragen.

Om een pessarium gemakkelijker te verwijderen en te herplaatsen, kunt u verschillende houdingen aannemen. U kunt bijvoorbeeld met een voet op het gesloten toiletdeksel steunen. Als u deze houding te moeilijk vindt, kunt u op het bed gaan liggen. Ondersteun uw hoofd en schouders met kussens, trek uw knieën op en spreid uw benen. Leg een handdoek op het bed als u voor deze houding kiest.





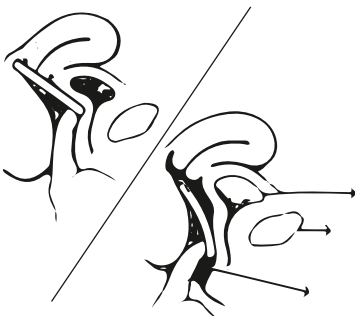
## Het pessarium inbrengen

- ▲ Plooi het pessarium dubbel of knijp het samen.
- ▲ Breng glijmiddel op waterbasis aan op het deel van het pessarium dat u het eerst inbrengt. Zorg ervoor dat er geen glijmiddel op uw handen terechtkomt, zodat u de grip op het pessarium niet verliest.
- ▲ Spreid met uw andere hand de schaamlippen.
- ▲ Breng het pessarium nog steeds dubbelgevouwen in. Laat het pas los als u niet meer verder kunt duwen.
- ▲ Duw het pessarium vervolgens met uw wijsvinger op zijn plaats. De voorkant van het pessarium moet een beetje achter het schaambeen zitten. U weet dat het pessarium op zijn plaats zit als u er geen last van heeft (u voelt het nauwelijks zitten en denkt er niet aan) en als de klachten als gevolg van de prolaps verbeteren of verdwijnen.



## Het pessarium verwijderen

- ▲ Spreid uw schaamlippen en breng uw wijsvinger in de vagina.
- ▲ Haak uw wijsvinger achter het pessarium en trek het zacht en langzaam uit de vagina. Vouw het pessarium een beetje als dat kan: dat maakt het verwijderen nog eenvoudiger. Als het verwijderen moeilijk gaat, kunt u licht persen, zoals bij het maken van stoelgang.



- ▲ Verloopt het plaatsen of verwijderen moeilijk, blijf dan rustig. Probeer u te ontspannen en probeer het een kwartier later nog een keer, eventueel in een andere houding.
- ▲ Lukt het echt niet, maak dan een afspraak met de arts of verpleegkundige. Een pessarium moet nooit dringend verwijderd worden, dus het mag gerust enkele dagen tot zelfs weken langer blijven zitten dan voorzien.

---

## Zorg voor het pessarium

U mag het pessarium dagelijks of wekelijks verwijderen en herplaatsen. Dit is echter niet noodzakelijk: de arts zal bij elk opvolgconsult het pessarium verwijderen en reinigen. Enkel een pessarium in de vorm van een kubus moet u wel dagelijks verwijderen en herplaatsen.

Spoel het pessarium met water onder de kraan. U mag het eventueel ook wassen met zeep en daarna grondig naspoelen en afdrogen met een schone doek. Het is belangrijk dat er geen zeepresten in uw vagina terechtkomen.

---

## Ondergoed

Draag bij voorkeur een katoenen onderbroek. Katoen neemt het transpiratievocht zeer goed op, voelt zacht en natuurlijk aan en kan op hoge temperatuur gewassen worden. Strings en synthetische onderbroeken hebben deze voordelen niet.

---

## Seksualiteit

Afhankelijk van de vorm mag u het pessarium al dan niet in houden tijdens seksuele betrekkingen. U en uw partner kiezen zelf om dat al dan niet te doen.

---

## Menstruatie

U kiest zelf of u het pessarium laat zitten tijdens uw menstruatie (of maandstonden). Bij sommige pessaria kunt u zelfs een tampon gebruiken. Bij andere is enkel maandverband bruikbaar.

## 05 NEVENWERKINGEN

Een pessarium is een vreemd voorwerp in uw lichaam en kan dus nevenwerkingen veroorzaken. Als u last hebt van nevenwerkingen, bespreek die dan zo snel mogelijk met uw arts. Het is best mogelijk dat u na verloop van tijd of bij gewichtstoename of -afname een andere maat of vorm van pessarium nodig hebt. Uw arts of verpleegkundige zal samen met u het best passende pessarium zoeken.

---

### Pijn of druk

U kunt pijn of druk voelen in de onderbuik of ter hoogte van de vagina. Controleer eerst zelf of het pessarium nog op de juiste plaats zit. Als u het pessarium terug op de juiste plaats schuift en de pijn verdwijnt, dan was de pijn waarschijnlijk daar aan te wijten. Blijft de pijn of druk, verwijder dan het pessarium of maak een afspraak bij uw (huis)arts om het te laten verwijderen. Maak vervolgens een afspraak bij de arts die het pessarium plaatste. De arts zal u gynaecologisch onderzoeken. Breng het schoongemaakte pessarium zeker mee naar die consultatie. Afhankelijk van de oorzaak van de pijn zal de arts een pessarium met een andere maat of vorm plaatsen en/of een pijnverlichtende therapie starten.

---

### Bloedverlies

Als u vaginaal bloedverlies hebt buiten de menstruatie of tijdens de menopauze, verwijder dan het pessarium of laat het verwijderen door uw (huis)arts en consulteer de arts die het pessarium plaatste. De arts zal u gynaecologisch onderzoeken en afhankelijk van de oorzaak beslissen om het pessarium tijdelijk te verwijderen of een ander pessarium plaatsen. Het is ook mogelijk dat bijkomende onderzoeken of een behandeling nodig zijn.

---

## Abnormale afscheiding

Toegenomen of onregelmatige afscheiding is niet abnormaal bij vrouwen die een pessarium dragen. Normale vaginale afscheiding is vloeibaar, doorzichtig, witachtig en vaak licht zuur geurend tot reukloos. Bij het opdrogen kan afscheiding geel verkleuren. Afscheiding is abnormaal als de geur en/of het uitzicht veranderen en die verandering enkele dagen aanhoudt. Volgende veranderingen kunnen abnormaal zijn:

- ▲ brokkelige afscheiding
- ▲ groen-gele of sneeuwwitte verkleuring
- ▲ bloed in de afscheiding (buiten de menstruatie)
- ▲ sterk geurende afscheiding

U kunt ook jeuk, irritatie, roodheid of een branderig gevoel hebben samen met de abnormale afscheiding.

---

## Moeilijkheden bij uitscheiding

Consulteer uw arts:

- ▲ Als u moeilijkheden heeft om te plassen of om stoelgang te maken, zoals hard moeten duwen of persen voor stoelgang (zonder dat u geconstipeerd bent).
- ▲ Als het gevoel hebt dat u uw blaas niet leeggeplast krijgt.
- ▲ Als u moeite hebt om te starten met plassen.
- ▲ Als u pijn voelt bij het plassen.
- ▲ Als een plots veranderd plaspatroon hebt.
- ▲ Als u urineverlies krijgt of als urineverlies erger wordt.
- ▲ Als u bloed in uw urine vindt.

## 06 OPVOLGCONSULTEN

Het is erg belangrijk om u regelmatig door uw arts te laten opvolgen als u een pessarium draagt, ook als u geen klachten hebt. Als u een van de veranderingen opmerkt die beschreven staan in punt 05. Nevenwerkingen, consulteer dan uw arts. U vaker wassen of speciale zepen of vaginale spoelingen gebruiken, zijn geen oplossingen bij abnormale afscheiding.

Wanneer alles naar wens verloopt, is dit is het gebruikelijke opvolgschema: één week na plaatsing van het pessarium komt u terug bij de arts. Drie maanden daarna volgt een volgende afspraak. Als alles naar wens verloopt, wil de arts u drie keer per jaar zien.

Tijdens de opvolgconsulten vragen de arts en verpleegkundigen hoe uw klachten geëvolueerd zijn, of u eventueel nieuwe klachten hebt en of er problemen zijn met uw afscheiding. Thema's als zelfzorg en seksualiteit komen ook aan bod. Als u nog vragen hebt, kunt u die ook stellen. De arts zal ook telkens het pessarium verwijderen voor controle en het vervolgens opnieuw inbrengen.

## 07 PRAKTISCHE INFORMATIE

---

### Kostprijs

Een pessarium uit medische silicone kost ongeveer 50 euro. Een pessarium uit pvc is goedkoper en kost ongeveer 10 euro. Jammer genoeg is er geen terugbetaling voorzien. Voor pessaria die gebruikt worden om de juiste maat en het juiste model te bepalen, betaalt u niet. Wanneer u een pessarium meeneemt naar huis, blijft dat van u. Soms zijn meerdere pasbeurten nodig en moet u verschillende pessaria kopen voor u een geschikt model gevonden hebt. Een goed passend pessarium kunt u enkele jaren gebruiken.

---

### Glijmiddel

U mag gerust glijmiddel gebruiken om het pessarium te plaatsen. Kies voor een glijmiddel op waterbasis zonder toegevoegde stoffen. Zo'n glijmiddel beschadigt het pessarium niet, is gemakkelijk af te wassen en is verkrijgbaar in de apotheek.

---

### Medische onderzoeken

Als u een medisch onderzoek moet ondergaan zoals beeldvorming of endoscopie (waarbij de arts door een buisje in een lichaamsholte kijkt), verwittig de arts dan dat u een pessarium draagt. Dit geeft meestal geen problemen voor het onderzoek.

---

### Luchthavencontrole

Metaaldetectoren (in winkels of luchthavens) reageren niet op een pessarium. Bij geavanceerdere controletechnieken kan uw pessarium wel opgemerkt worden. In dat geval is het handig dat u een attest van uw arts bij u hebt waarin staat dat u een pessarium draagt. Wil u dit vermijden, dan kunt u het pessarium verwijderen voor u naar de luchthaven gaat en terug inbrengen als u op uw bestemming bent.



---

## Polikliniek Urologie

Ingang 71, route 710

T +32 (0)9 332 22 76

poli.urologie@uzgent.be

---

## Polikliniek Gynaecologie

Ingang 71, route 710

T +32 (0)9 332 37 83

Deze brochure werd enkel ontwikkeld voor gebruik binnen het UZ Gent. Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden veeveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van het UZ Gent.

---

Universitair Ziekenhuis Gent

C. Heymanslaan 10 | B 9000 Gent

T +32 (0)9 332 21 11 | E info@uzgent.be

[www.uzgent.be](http://www.uzgent.be)

Volg ons op

