Totaalruptuur

Bij de bevalling heb je een totaalruptuur gekregen. Als de huid en/of het onderliggende weefsel van de vagina scheurt, noemen we dit een ruptuur. Bij een totaalruptuur is ook de kringspier van de anus geheel of gedeeltelijk doorgescheurd. De scheur kan doorlopen tot in de darm. We hechten een totaalruptuur meestal op de operatiekamer. Bij het herstel is het belangrijk dat de ontlasting soepel blijft. Hiervoor adviseren we zakjes met vezels te gebruiken. De meeste vrouwen hebben na het herstel geen klachten meer. Bij nacontrole vraagt de gynaecoloog hoe het gaat. Kun je windjes niet goed ophouden? Verlies je ontlasting? Dan krijg je een verwijzing naar de bekkenfysiotherapeut.

Wat is een totaalruptuur?
Bij een totaalruptuur is de kringspier van de anus geheel of gedeeltelijk doorgescheurd. De scheur kan doorlopen tot in de darm. We onderscheiden de volgende totaalrupturen:

- 3a: minder dan 50% van de kringspier is gescheurd
- 3b: meer dan 50% van de kringspier is gescheurd
- 3c: de hele kringspier is gescheurd
- 4: een stukje van de darmwand is ook gescheurd

Waardoor krijg je een totaalruptuur?
Op het moment dat het hoofdje van een kind wordt geboren, moet de vagina flink uitrekken. Als de doorgang te smal is, scheurt de vagina. De scheur loopt soms tot in de kringspier. De kans op inscheuring is verhoogd bij:

- een groot kind
- een bevalling met een vacuüm
- een kind met het hoofd in een afwijkende ligging (bijvoorbeeld kruinligging of sterrenkijker)

Bij ongeveer 2 van de 100 bevallingen ontstaat een totaalruptuur. De kans is het grootst bij de eerste bevalling.

Kun je een totaalruptuur voorkomen?
Op het moment dat het hoofd van de baby wordt geboren, vraagt de verloskundige of gynaecoloog je om te zuchten. Het hoofd passeert dan langzaam de uitgang. De verloskundige of gynaecoloog kan met een hand steun geven aan de vagina uitgang. Zo blijft het risico op een totaalruptuur zo klein mogelijk. Als je een vacuüm krijgt, zal de gynaecoloog meestal een knip zetten, om zo de anus te beschermen. Toch kan de knip dan alsnog uitscheuren naar de anus. Het heeft geen zin om uit voorzorg bij iedereen een knip te zetten. Maar als de verloskundige of gynaecoloog inschat dat je een hoog risico hebt, kan dat wel helpen. Masseren van de vagina voor de bevalling of het oprekken helpen niet om een totaalruptuur te voorkomen.

Behandeling
Een totaalruptuur moet altijd worden gehecht. Dit gebeurt meestal op de operatiekamer onder algehele verdoving of met een ruggenprik. Het hechten gebeurt met oplosbare hechtingen. Je krijgt uit voorzorg eenmaal antibiotica via een infuus. Daardoor is de kans op een infectie minder groot. Meestal blijf je een nacht opgenomen.

Herstel
Pijn
Een totaalruptuur is vaak tijdens de eerste dagen pijnlijk. Meestal helpt paracetamol voldoende. Zo nodig kun je sterkere pijnstillers vragen.

Soepele ontlasting
Het is belangrijk dat de ontlasting zacht blijft om spanning op de wond te voorkomen. Hiervoor krijg je medicijnen voorgeschreven. Dit zijn zakjes met vezels (psylliumvezels). We adviseren deze 3 weken te blijven gebruiken. Is de ontlasting toch hard? Dat is erg vervelend, want dit geeft veel pijn bij het poepen. Vraag advies aan de huisarts of gynaecoloog. Je kunt tot 3 zakjes vezels gebruiken en zo nodig ook andere medicijnen.

Gemeenschap
Er zijn geen regels over wanneer je weer gemeenschap kunt hebben na een totaalruptuur. Meestal is de wond na 4-6 weken voldoende genezen. Voor iedereen is het moment dat gemeenschap fijn is, anders. Ook na een bevalling zonder totaalruptuur. Heb je nog pijn of ben je er nog niet aan toe? Of zijn jullie beiden er nog niet aan toe? Dat komt vaak voor. Neem de tijd en bespreek dit met elkaar. Je kunt voelen aan de wond en eventueel wat masseren. Langzaam raak je weer gewend aan je veranderde lichaam.

Wat zijn de gevolgen van een totaalruptuur?
Geen klachten
De meeste vrouwen hebben na het herstel geen klachten meer.

Op latere leeftijd
Na de overgang heb je wel een grotere kans op problemen met de ontlasting vergeleken met vrouwen die geen totaalruptuur hebben gehad. Als je geen pijn meer hebt, kun je de bekkenbodemspieren gaan trainen. Dit kan, als je dat wenst, bij een bekkenfysiotherapeut. We weten nog niet of deze oefeningen ook echt helpen om je kans op problemen te verkleinen.

Wel klachten
Een klein deel van de vrouwen blijft problemen houden met het ophouden van winden en soms met het ophouden van de ontlasting. Waarschijnlijk helpen bekkenbodem-oefeningen om de kans hierop te verminderen. Je moet daarvoor wel lang trainen.
Je kunt ook last houden van pijn. Meestal neemt dit na enkele maanden af. Masseren van de pijnlijke plek kan helpen.

Blijf je last houden van hinderlijke klachten na 6 maanden? Neem contact op met de huisarts of gynaecoloog. Je kunt met hem of haar bespreken welke mogelijkheden er zijn om je situatie te verbeteren.

Adviezen voor een volgende bevalling
Na een totaalruptuur mag je gewoon vaginaal bevallen. Houd je ernstige klachten door verlies van winden of ontlasting? Dan raadt de gynaecoloog mogelijk aan om via een keizersnede te bevallen. Als je eerder een totaalruptuur hebt gehad, is de kans iets groter dat dit weer gebeurt. Bij ongeveer 4-8 van de 100 bevallingen ontstaat opnieuw een totaalruptuur. Bij een kleine groep vrouwen die na een totaalruptuur klachten houdt, verergeren die klachten na de volgende zwangerschap. Ook al is er dan geen totaalruptuur ontstaan. Het is niet duidelijk of dit komt door de zwangerschap of door de bevalling.

Meer informatie van lotgenoten?
Heb je behoefte aan steun of informatie van lotgenoten? Neem dan contact op met de stichting Bekkenbodem4all.

Vragen
Als je na het lezen van deze folder nog vragen, stel ze dan via www.mijntjongerschans.nl of bel 0513 – 685 245.

Grip op uw zorg via Mijntjongerschans
Mijntjongerschans.nl is het patiëntenportaal van ziekenhuis Tjongerschans. Dit portaal is bereikbaar voor alle patiënten die zijn ingeschreven bij Tjongerschans. Na het inloggen op www.mijntjongerschans.nl met DigiD met sms-verificatie of via de DigiD app heeft u toegang tot uw medische gegevens. U kunt hier ook afspraken maken, een vraag stellen, vragenlijsten invullen en uitslagen bekijken.

DISCLAIMER
Wij adviseren u bij uw bezoek aan de polikliniek en bij opname zo weinig mogelijk geld, sieraden, dure kleding en andere zaken van (emotionele) waarde mee te nemen naar het ziekenhuis. Het ziekenhuis aanvaardt geen aansprakelijkheid voor schade aan of verlies van dergelijke zaken.