



## Brochure: frenulumplastiek

Bij Andros Clinics, de grootste urologische kliniek in Nederland, wordt een frenulumplastiek uitsluitend aangeboden aan volwassen mannen met een medische indicatie. De ingreep wordt altijd uitgevoerd door een ervaren uroloog. Een uroloog is dé arts die gespecialiseerd is in de mannelijke geslachtsorganen.

### Wat is een frenulumplastiek?

Bij een frenulumplastiek wordt het voorhuidriempje, ook wel frenulum of toompje genoemd, ruimer gemaakt. Het voorhuidriempje zit aan de onderkant van de penis bij de voorhuid. Als dit te strak of te kort is kan deze pijn veroorzaken tijdens een erectie.

Een frenulumplastiek is een kleine ingreep waarbij een sneetje wordt gemaakt in het voorhuidriempje. Deze ingreep duurt ongeveer 15 minuten en wordt onder lokale verdoving uitgevoerd. De verdovingsprikken zijn, zoals alle prikken, een beetje gevoelig. We adviseren u daarom om 2 tabletten paracetamol te slikken op het moment dat u van huis vertrekt.

## Inhoud

- [Zelf uw afspraak voorbereiden](#)
- [Uw bezoek aan de kliniek](#)
- [Leefregels](#)
- [Bijwerkingen en complicaties](#)
- [Kosten](#)
- [Praktische info](#)
- [Adressen, routes en parkeren](#)

## Zelf uw afspraak voorbereiden

Om de ingreep uit te kunnen voeren, is het noodzakelijk dat u zich goed voorbereid. Lees hier wat u zelf moet doen.

### Thuis de ingreep voorbereiden

#### Drie dagen voor de ingreep

- Drie dagen voor de ingreep verzoeken we u om uw schaamhaar, en specifiek het scrotum (balzak), penis en schaamstreek te scheren met een scheermes of elektrisch scheerapparaat.

#### De dag van de ingreep

- Om infectie te voorkomen wast u zichzelf op de dag van de ingreep zorgvuldig met water en zeep.
- U mag op de dag van de ingreep gewoon eten.
- Na de ingreep mag u niet zelf autorijden of fietsen. Wij adviseren u dan ook om iemand ter begeleiding mee te nemen naar de afspraak.
- Draag op de dag van de ingreep een goed zittende, strakke onderbroek of zwembroek.
- We adviseren om twee paracetamol van 500mg te slikken op het moment dat u van huis vertrekt.

### U heeft de app nodig!

De Andros app vertelt u op het juiste moment wat er nodig is of wat er gaat gebeuren, voor, tijdens en na uw ingreep. Zo hoeft u zelf niets meer te onthouden. De app heeft een handige takenlijst, u kunt notities maken en verstuurt u meldingen op het moment dat dit nodig is. Ook krijgt u goede nazorg.

U ontvangt een SMS met een link om de app te downloaden, de zorgcode andros is automatisch ingevuld. Heeft u geen SMS ontvangen? Gebruik dan de onderstaande QR-code om de app te downloaden.



## **Preoperatieve screening**

Voorafgaand aan de ingreep vindt de preoperatieve screening plaats.

Voor deze screening hebben wij u per mail een digitale vragenlijst gestuurd. Aan de hand van de ingevulde vragenlijsten beoordeelt de verpleegkundige of de ingreep veilig uitgevoerd kan worden.

Deze vragenlijst moet volledig ingevuld zijn voordat de ingreep kan plaatsvinden. Het is dus van belang dat u deze volledig invult. De verpleegkundige neemt telefonisch contact met u op als zij nog aanvullende informatie nodig heeft.

## **Gebruikt u bloedverdunnende medicatie?**

Bij het gebruik van bloedverdunnende medicijnen is de kans op een bloeding wat groter. Het is daarom noodzakelijk dat u enkele dagen voor de ingreep met deze medicijnen stopt. Overleg met uw behandelend arts of trombosedienst wanneer u dient te stoppen met deze medicijnen en wanneer u weer mag beginnen.

# Uw bezoek aan de kliniek

## Wat neemt u mee naar de afspraak?

- Neem een geldig legitimatiebewijs mee.
- Neem een medicatieoverzicht mee of geef uw apotheek toestemming om uw medicatieoverzicht te delen. U kunt uw apotheek toestemming geven via [www.volgjezorg.nl](http://www.volgjezorg.nl)

Voordat met de ingreep wordt gestart heeft u een gesprek met de uroloog die de frenulumplastiek uitvoert. Tijdens dit gesprek zal deze arts de ingreep uitgebreid met u bespreken. Ook zal hij eventuele vragen die u heeft beantwoorden. Daarna wordt gestart met de ingreep.

## Plaatselijke verdoving

Na het gesprek met de uroloog neemt u plaats op de behandeltafel. De penis wordt gedesinfecteerd en de huid wordt verdoofd door middel van injecties aan de basis van de penis. De verdovingsprikken zijn, zoals alle prikken, een beetje gevoelig. We adviseren u daarom om 2 tabletten paracetamol te slikken op het moment dat u van huis vertrekt.

## De ingreep

Nadat de verdoving is ingewerkt maakt de uroloog een dun sneetje in het voorhuidriempje. Dit sneetje wordt met een aantal oplosbare hechtingen gesloten. Deze hechtingen lossen binnen 8-14 dagen vanzelf op. Soms zijn er geen hechtingen nodig. Deze ingreep duurt ongeveer 15 minuten.

## Even bijkomen

Als de ingreep is afgerond vragen we u om nog even plaats te nemen in de wachtruimte. In de wachtruimte neemt u een kop koffie of een soep, zodat we zeker weten dat het goed gaat met u als u weer vertrekt.

## Na de ingreep

De rest van de dag is het belangrijk dat u rustig aan doet, om een bloeding te voorkomen. Na ongeveer twee uur is de verdoving uitgewerkt, u kunt dan een paracetamol innemen (maximaal 6 à 8 per dag). Zolang u bloedverlies heeft, raden wij u aan geen ibuprofen, Naproxen of Diclofenac te slikken of alcohol te drinken.

Wij adviseren u na de ingreep goed zittende, strakke onderbroeken ter ondersteuning te dragen totdat het gebied niet meer pijnlijk is. Draag de penis omhoog in de onderbroek. Ook kunt u het gebied koelen met koelelementen. Doe dit nooit langer dan 5 minuten en altijd met een handdoek om de koelelementen gewikkeld.

## Leefregels na frenulumplastiek

Na een frenulum plastiek wordt er geen verband om de penis gedaan. Na de ingreep wordt er vaseline op het wondje aangebracht en wordt de voorhuid er weer overheen geschoven. De voorhuid dient als natuurlijk 'verband'. Het wondje kan wat nabloeden, meestal is een gaasje in de onderbroek tegen de penis aan voldoende.

Wij adviseren u na de ingreep goed zittende, strakke onderbroeken ter ondersteuning te dragen totdat het gebied niet meer pijnlijk is. Draag de penis omhoog in de onderbroek. Om complicaties te voorkomen raden we u aan op de dagen na de ingreep op het volgende te letten:

- Op de dag van de ingreep tot 24 uur de wond drooghouden.
- Hierna is het belangrijk om in ieder geval 7 dagen, of zolang de wond open is, twee keer per dag de voorhuid goed naar achteren te schuiven en de wond enkele minuten te spoelen onder de douche.
- Na het spoelen dept u de wond droog en brengt vaseline aan op de wond. Hierna schuift u de voorhuid weer eroverheen.
- De dag na ingreep kunt u licht werk verrichten. Dit kunt u per dag opbouwen maar blijf goed naar uw lichaam luisteren. Bij pijn of meer lekkage van wondvocht moet u rustiger aan doen.
- De dag na de ingreep kunt u ook weer bewegen/sporten zoals wandelen en fietsen. Bouw dit langzaam op. Contactsport minimaal één week uitstellen.
- U mag minimaal 1 week niet zwemmen, in bad of naar de sauna.
- Vier weken geen geslachtsgemeenschap.

## Bijwerkingen en complicaties

Eén dag na de behandeling nemen wij via de app contact met u op om te vragen hoe het met u gaat en of u last heeft gehad van complicaties. Over het algemeen komen er weinig complicaties voor.

Na de ingreep kan de eikel er rood, gezwollen en geïrriteerd uitzien. Dit verdwijnt na enkele weken en hoeft u zicht geen zorgen om te maken. Ook is het normaal dat er wat wondvocht uit de wondjes komt. U kunt het wondje een minuut dichtdrukken om het nabloeden te stoppen.

### Neem altijd contact op als:

- Er een nabloeding optreedt;
- Er een ontsteking optreedt;
- Eikel voelt zeer pijnlijk aan of er komt pus uit
- U kunt koorts krijgen, boven de 38,5 °C.

### Hoe neem je bij bovengenoemde complicaties contact op?

- Bij een complicatie binnen 48 uur na de ingreep neemt u direct contact op met het spoednummer 026 – 389 06 82 van Andros Clinics. Dit telefoonnummer is 24x7 bereikbaar. De telefoniste zal u rechtstreeks in contact brengen met uw behandelend arts.
- Bij een complicatie meer dan 48 uur na de ingreep en binnen openingstijden, neemt u direct contact op met het algemene nummer 026 – 389 17 53 van Andros Clinics. We zijn bereikbaar op maandag t/m vrijdag van 8:30 tot 17:00 uur.
- Bij een complicatie meer dan 48 uur na de ingreep en buiten openingstijden van Andros, verzoeken wij u direct contact op te nemen met de dichtstbijzijnde huisartsenpost en u daar te melden voor onderzoek en/of behandeling. U krijgt na de besnijdenis een brief mee waarin voor de huisartsenpost staat uitgelegd dat u de ingreep besnijdenis hebt ondergaan.

## Wat zijn de kosten?

Andros factureert direct aan uw zorgverzekeraar. U hoeft dus niet eerst zelf te betalen. Wel kan de ingreep ten laste worden gebracht van uw eigen risico. Met alle zorgverzekeraars zijn er afspraken gemaakt over vergoeding van de door ons uitgevoerde ingreep.

Belangrijk: om de ingreep vergoed te krijgen, heeft u een verwijsbrief van uw huisarts nodig.

## Praktische info

### Afspraak verzetten of afzeggen

Kunt u niet komen of wilt u uw afspraak verzetten? Neem dan ten minste **één week** voor uw afspraak contact met ons op. Het is anders lastig om uw plekje nog op te vullen terwijl er wel een medisch team (arts, verpleegkundige en analist) voor u klaar staat. We zijn dan helaas genoodzaakt om kosten in rekening te brengen.

### Privacy

Uw gegevens worden beschermd door de Algemene Verordening Gegevensbescherming (AVG). Dit betekent dat al uw gegevens en de bevindingen van bij u uitgevoerd onderzoek optimaal beveiligd zijn. Zonder uw toestemming zijn deze gegevens voor niemand toegankelijk. Uiteraard hebben de verpleegkundigen en urologen wel toegang tot uw gegevens. [Bekijk hier ons privacy statement](#)

### Klachten en suggesties

Alle medewerkers van Andros doen hun best om u goede zorg en hulp te geven. Toch gaat het niet altijd zoals door u wordt verwacht. Het is het beste om uw opmerking, aanmoediging of klacht rechtstreeks met de betrokken medewerker(s) te bespreken. Wij zien elke klacht als een kans om te leren en onze kwaliteit te verbeteren. Levert het gesprek niet op wat u verwacht, dan kunt u zich wenden tot onze klachtencoördinator. Op [www.andros.nl/klacht](http://www.andros.nl/klacht) vindt u alle informatie hierover.

## Neem gerust contact op

Heeft u na het lezen van deze brochure nog vragen? Neem dan gerust contact op. U kunt ons bereiken via 026-389 17 53 op maandag t/m vrijdag van 08.00 uur tot 17.00 uur of via [info@andros.nl](mailto:info@andros.nl)

## Adressen, routes en parkeren

### Andros Clinics Amsterdam

Louwesweg 6 (2e etage)

1066 EC Amsterdam

Parkeren: betaald parkeren in parkeergarage De Plantijn. Houd er rekening mee dat het vanaf de parkeergarage ongeveer 10-15 minuten lopen is naar onze kliniek.

[Plan route naar kliniek met Google](#)

[Plan route naar parkeergarage met Google](#)

### Andros Clinics Arnhem

Meester E.N. van Kleffensstraat 5

6842 CV Arnhem

Parkeren: gratis parkeren op eigen parkeerterrein

[Plan route met Google](#)

### Andros Clinics Baarn

Hermesweg 15

3741 GP Baarn

Parkeren: gratis parkeren op eigen parkeerterrein

[Plan route met Google](#)

### Andros Clinics Rijswijk – Den Haag

Madame Curielaan 10

2289 CA Rijswijk

Parkeren: met blauwe kaart 2 uur gratis rondom kliniek of betaald bij Q-park Hoornwijck

[Plan route naar kliniek](#)

[Plan route naar Q-park](#)



## **Niet goed ter been?**

Heeft u een beperking of bent u niet goed ter been? Neem dan contact met ons op, wij denken graag met u mee.