

Ring of pessarium bij bekkenbodemp Problemen

Bij klachten van een verzakking of bij inspanningsincontinentie biedt een ring soms een oplossing. Een ring wordt in de schede gebracht en zorgt ervoor dat blaas en baarmoeder weer op hun normale plaats komen te liggen. Klachten kunnen zo verminderen of verdwijnen. Er bestaan vele soorten ringen. Ze zijn meestal van kunststof of soepel rubber gemaakt. De grootte varieert van enkele centimeters tot meer dan tien centimeter. Een andere naam voor de ring is pessarium.

Wanneer is een ring zinvol?

Een ring kan een oplossing bieden bij een verzakking van de baarmoeder of van de voorwand van de schede en de blaas. Klachten van inspanningsincontinentie verbeteren nogal eens bij het dragen van een ring. Meestal is een ring minder geschikt bij een verzakking van de achterwand van de schede, bij obstipatieklachten of bij klachten van aandrangincontinentie. Als de ingang van de schede erg wijd is, biedt de bekkenbodem soms te weinig ondersteuning voor een ring. De ring zakt dan gemakkelijk naar buiten. Daarom komt niet elke vrouw in aanmerking voor een ring.

Het plaatsen van een ring

Het aanmeten van een ring gebeurt tijdens een inwendig onderzoek. De arts schat via de schede met de vingers in hoe groot de ring moet zijn. Daarna wordt deze in de schede gebracht. Aan de voorzijde rust de ring boven het schaambeentje, aan de achterzijde rust hij op de spieren van de bekkenbodem. Als een ring goed zit, voelt u hem niet. Een te kleine ring kan naar beneden zakken, een te grote ring kan pijnklachten geven. Soms is het nodig een aantal maten van ringen uit te proberen, voordat de goede maat gevonden is. Het kan zijn dat een ingebrachte ring na het polikliniekbezoek naar beneden zakt. U kunt dan gerust proberen met uw vingers de ring in de schede naar boven terug te drukken. U kunt hierbij niets beschadigen. Mocht de ring blijven zakken of irriteren, dan kunt u hem zelf met een vinger naar buiten trekken. Ook dit kan geen kwaad. Neem de ring dan wel mee bij een volgend bezoek aan uw arts.

Bijwerking van een ring

Een ring ligt dicht tegen de wand van de schede en drukt daar tegenaan. Daardoor kan irritatie van de wand van de schede ontstaan, met afscheidingsklachten als gevolg. Over het algemeen is deze afscheiding voor de overgang gering. Naarmate de overgang langer geleden is, wordt de schede droger en schraler. Een ring kan dan kleine drukwondjes geven met meer afscheiding als gevolg. Om dit te voorkomen adviseert de arts u vaak om oestrogene hormonen in de schede te brengen: zij verstevigen de schedewand en houden deze soepel. Dit kan in de vorm van tabletten, een soort zetpillen of zalf. Het inbrengen van deze medicijnen een of enkele malen per week is over het algemeen voldoende om irritatie of drukwondjes te voorkomen. Soms blijkt na een aantal jaren dat u een andere maat nodig

hebt. Ook kan een ring op langere termijn toch onvoldoende helpen of te veel irritatie van de schedewand geven. Een operatie is dan alsnog noodzakelijk. Soms blijkt een ring na een aantal jaren juist niet meer nodig te zijn.

Zelf een ring in- of uithalen

U kunt ook irritatie voorkomen door de ring voor het slapen gaan uit de schede te halen en hem 's ochtends weer in te brengen. De wand van de schede kan dan 's nachts weer aansterken. Veel vrouwen vinden dat een eng idee, maar in de praktijk blijkt het meestal geen problemen op te leveren. U kunt zelf het beste beoordelen wat de beste houding is om dit te doen: liggend in bed, staand met bijvoorbeeld een been op een stoel, of zittend op het toilet. Sommige vrouwen hebben een partner die de ring voor hen in en uit de schede haalt. Zeker in het begin vragen vrouwen zich vaak af of de ring goed zit. Als u hem niet voelt zitten, betekent dit dat de ring goed geplaatst is. Als er pijnklachten zijn, probeer dan met een vinger de ring van plaats te veranderen. De schede is aan de bovenkant afgesloten. De ring kan dus nooit verdwijnen of op een verkeerde plaats terechtkomen.

Controle van een ring

Over het algemeen is het advies de ring elke drie tot zes maanden schoon te (laten) maken. U kunt dit zelf doen, door de ring uit de schede te nemen en onder de kraan schoon te borstelen. Daarna brengt u hem zelf weer in. Zolang u geen klachten van overmatige of bloederige afscheiding hebt, is controle van de ring niet noodzakelijk. Als het zelf uithalen en inbrengen van de ring voor u bezwaarlijk is, kan de gynaecoloog of de huisarts de ring voor u verschonen.

Wat voelt u van een ring?

Een goed passende ring voelt u niet zitten. Veel vrouwen zijn bang dat zij last zullen hebben van een ring bij gemeenschap, of dat hun partner de ring zal voelen. In de praktijk blijkt dit echter bijna nooit problemen op te leveren. Ook kunt u gerust tampons gebruiken als u nog menstrueert.

Voor- en nadelen van een ring

Meningen van vrouwen en gynaecologen over voor- en nadelen van een ring verschillen. Dit hangt samen met opvattingen over hoe vervelend het voor een vrouw is om een ring te dragen, en hoe over een operatie gedacht wordt. In tegenstelling tot een ring biedt een operatie natuurlijk een meer definitieve oplossing voor uw klachten. Een operatie heeft echter ook nadelen. Meestal zullen de klachten verbeteren, maar soms minder dan verwacht. Ook kunnen nieuwe klachten ontstaan of treden complicaties op. De klachten kunnen na een aantal jaren terugkomen doordat een nieuwe verzakking ontstaat of doordat opnieuw incontinentieklachten optreden. Een goed passende ring geeft nooit echte complicaties. Wel komen de al genoemde en over het algemeen de goed te verhelpen klachten over irritatie van de schedewand op oudere leeftijd nogal eens voor.

Keuze voor een ring of een operatie

De keuze tussen een ring of een operatie hangt natuurlijk af van de vraag of er een passende ring voor u beschikbaar is. Is dat niet het geval, dan is een operatie de enige overblijvende keuze, naast het doorleven met uw klachten. Als een ring wel past en uw klachten verhelpt, is het uw beslissing of u de ring wilt blijven gebruiken of toch voor een operatie kiest. Bij een ring is er altijd een kleine kans dat later alsnog een operatie uitgevoerd moet worden. Maar ook na een operatie is er altijd een kleine kans dat de klachten opnieuw optreden en dat een tweede operatie noodzakelijk is. Anders dan een aantal jaren geleden is een operatie op hogere leeftijd uit medisch oogpunt meestal niet bezwaarlijk. De voor- en nadelen van een ring en een operatie kunt u verder met uw gynaecoloog bespreken.