**Sterilisatie van de man**

*In deze brief wordt uitgelegd hoe de ingreep gaat en waar u rekening mee moet houden achteraf. U kunt de tekst thuis op uw gemak doorlezen.*

**Sterilisatie**

Sterilisatie is de meest betrouwbare methode om bevruchting te voorkomen. Wanneer er geen kinderwens meer bestaat, kan sterilisatie een blijvende oplossing bieden. Sterilisatie bij de man is een kleinere ingreep dan sterilisatie bij de vrouw. Binnen een vaste relatie kan dit een belangrijk argument zijn om voor sterilisatie van de man te kiezen. Sterilisatie van de man wordt ook wel 'vasectomie' genoemd.

Bij de sterilisatie van de man worden de zaadleiders afgebonden, zodat de zaadcellen niet meer naar buiten kunnen. Bij de zaadlozing komt dan alleen zaadvocht vrij, zonder zaadcellen. Verder verandert er niets. U kunt nog even goed een erectie krijgen als voorheen. Ook het gevoel bij het klaarkomen blijft precies hetzelfde. De hoeveelheid vocht die bij het klaarkomen vrijkomt blijft gelijk. Uw hormonen veranderen niet. U blijft dezelfde man die u was, qua haargroei, stem en seksuele verlangens.

**De voorbereiding**

Bloedverdunnende medicijnen (acenocoumarol, fenprocoumon of acetylsalicylzuur) moeten in overleg met de arts enkele dagen gestopt worden. Omdat de ingreep onder plaatselijke verdoving wordt uitgevoerd, mag u voor de ingreep gewoon eten en drinken.

Om de kans op wondinfectie te verkleinen moet u minimaal 48 uur vantevoren zelf de balzak en het gebied rond de balzak en penis van haren hebben ontdaan. Dit kan door middel van scheren of met behulp van ontharingscrème (verkrijgbaar bij een drogist, crème voor gevoelige huid, geen schuim gebruiken en let op de korte inwerk-tijd). Neemt u een strakzittende onderbroek of zwembroek mee

voor na de ingreep, deze draagt u tot 2 dagen na de ingreep.

**De ingreep**

U krijgt een verdovende prik hoog in de linker‑ en rechterkant van de balzak.

De arts maakt een sneetje van een tot twee centimeter boven in één kant

van de balzak. Vervolgens wordt de zaadbuis opgezocht en er een stukje van

ongeveer een centimeter tussenuit gesneden. De ontstane uiteinden worden

doormiddel van een hechtmethode van elkaar af geplaatst. Hetzelfde

gebeurt aan de andere kant. Tijdens de ingreep kunt u een trekkend,

pijnlijk gevoel in de liezen en/of onderbuik hebben. De ingreep duurt ongeveer een half uur (u bent in totaal ongeveer een uur binnen).

## Na de ingreep

Zorg ervoor dat iemand u na de ingreep naar huis brengt. De wondjes worden afgedekt met een droog gaasje, houdt de wondjes 2 dagen droog. Daarna kunt u douchen. Na 5 dagen kunt u weer baden.

De verdoving is na twee tot drie uur uitgewerkt. U kunt dan een beurs gevoel in de zaadballen en/of pijn bij lopen hebben. Dit houdt meestal een paar dagen aan waarbij de balzak ook licht gezwollen kan zijn. Hiervoor kunt u paracetamol nemen.

Verder is het prettig om een strakke onderbroek te dragen. Houd er rekening mee dat u de eerste dagen na de ingreep geen zwaar lichamelijk werk kunt verrichten. Gedurende ongeveer vijf dagen na de sterilisatie kunt u beter niet fietsen, sporten, zwemmen of zwaar tillen, ook wordt afgeraden tijdens deze vijf dagen seks te hebben. Het kan zijn dat u een bobbeltje van een paar millimeter blijft voelen op de plek waar de zaadbuis is gehecht. Dit is normaal littekenweefsel. Hechtingen die na 10 dagen niet opgelost zijn kunnen eventueel verwijderd worden.

**U bent na de ingreep nog niet onvruchtbaar**

U bent niet meteen onvruchtbaar. De uiteinden van de zaadleiders en de zaadblaasjes bevatten nog zaadcellen. Na tenminste drie maanden en tenminste 25 zaadlozingen na de ingreep moet u wat sperma inleveren. Hieronder staat waar dat kan en hoe u over de uitslag bericht krijgt. Totdat u de uitslag hebt gekregen moet u een voorbehoedmiddel blijven gebruiken.

**Wanneer weer contact opnemen?**

Neem contact op met de praktijk als u koorts krijgt of zich ziek voelt, als de balzak rood of dik wordt, als er pus uit de wondjes komt of als er pijn optreedt die aanhoudt en toeneemt.

**Complicaties**

Deze doen zich weinig voor. Mogelijke complicaties zijn:

* Tijdelijke blauwverkleuring van de balzak en/of de basis van de penis komt regelmatig voor. Dit kan geen kwaad.
* Wat bloed- of vochtverlies uit de wondjes is niet verontrustend en gaat in de regel vanzelf over.
* Nabloeding in de balzak. Hierbij ontstaat een forse zwelling van de balzak na de ingreep. Dit is uitermate zeldzaam.
* Wondinfectie. De wondgenezing duurt dan wat langer.
* Napijn. Sporadisch doen zich pijnklachten in de zaadbal voor. Meestal is dit binnen 3 maanden verdwenen, heel zelden zijn deze pijnklachten langdurig.
* Spontaan herstel van de zaadleiders na langere tijd. Na een goed resultaat, waarbij ook de controle van het sperma goed was, kan in zeer zeldzame gevallen spontaan herstel optreden van de zaadleider, met mogelijke bevruchting als gevolg. Wetenschappelijk onderzoek geeft een schatting van 1 op de 2000 ingrepen. waarbij er spontaan herstel optreedt. De kans op zwangerschap na sterilisatie van de man blijft toch kleiner dan bij veel andere vormen van anticonceptie, zoals de anticonceptiepil, de spiraal, het condoom en zelfs sterilisatie van de vrouw.

**Hersteloperatie**

Een sterilisatie moet u als definitief beschouwen. Een hersteloperatie is een moeizame aangelegenheid en veel mannen blijven daarna toch onvruchtbaar.

**Sperma controle**

Na 3 maanden en tenminste 25 zaadlozingen kunt u sperma inleveren bij het laboratorium van het ziekenhuis.

U vangt daarvoor een volledige zaadlozing op in het potje, bij voorkeur verkregen middels masturbatie (niet in een condoom vanwege de zaaddodende eigenschappen). Als niet alles in het potje is opgevangen, vermeldt dit dan op het aanvraagformulier.

U levert het potje binnen 2 uur na productie in op het laboratorium van het ziekenhuis. Houdt het potje zowel voor het opvangen van het zaad, als tijdens het vervoer zoveel mogelijk op lichaamstemperatuur.

Het inleveren van sperma gaat als volgt:

*Ziekenhuis Hardenberg*:

Inleveren op het Klinisch Chemisch Laboratorium, op vrijdagochtend tussen 09.00- 9.30 uur. Dit kan niet op de poliklinieken Ommen, Coevorden of Westerhaar. Via tel.nummer 0523-276517 maakt u hiervoor een afspraak.

*Ziekenhuis Isala Zwolle*:

Via tel.nummer 038-4246800 maakt u hiervoor met het laboratorium van de Isala Klinieken een afspraak. Vermeld daarbij dat het om een controle na sterilisatie gaat. U krijgt dan een bevestiging en een instructiebrief van het laboratorium toegestuurd.

**Uitslag spermacontrole**

Wij werken volgens het protocol van de Nederlandse Vereniging voor Urologie (versie 2005). Als er minder dan 100.000 niet bewegende zaadcellen in het monster aanwezig zijn is de uitslag goed. (Het gaat daarbij om achtergebleven dode zaadcellen, zonder bevruchtend vermogen, die tot jarenlang in het sperma kunnen worden aangetroffen.) Mocht dit aantal hoger zijn dan wordt u geadviseerd de controle na twee maanden te herhalen. Aanwezigheid van bewegende (levende) zaadcellen betekent dat er nog verse zaadcellen in het sperma terecht komen en dat de sterilisatie mislukt is.

Een week na inlevering van sperma in het laboratorium kunt u ons bellen voor de uitslag.

Een goede uitslag wordt schriftelijk bevestigd.

U dient een voorbehoedmiddel te blijven gebruiken tot u schriftelijk bericht hebt gekregen dat het sperma onderzoek een voldoende veiligheid geeft.

**Kosten**

De kosten van een sterilisatie worden niet vergoed via het basispakket van een ziektekostenverzekering. In een aantal gevallen wordt het wel vergoed via een aanvullend pakket. Wij raden u aan bij uw ziektekostenverzekeraar na te gaan of u verzekerd bent voor de kosten van sterilisatie.

**Heeft u nog vragen?**

*Als u na het lezen van deze brief nog vragen heeft, dan kunt u daar bij een volgend contact op terugkomen.*