

# Ring of pessarium bij verzakking



**Uw gynaecoloog heeft bij u een verzakking van uw baarmoeder of vaginavorwand en blaas vastgesteld. Samen met uw gynaecoloog heeft u gekozen voor een ring. Een andere naam voor de ring is pessarium. Hoe gebeurt het plaatsen van de ring? Wat voelt u van de ring? Dat en meer leest u in deze folder.**

Door de ring komen uw blaas en baarmoeder weer op hun normale plaats te liggen. Uw 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.

## **Wanneer is een ring zinvol?**

- Bij klachten van een verzakking kan een ring soms een oplossing bieden.
- Een ring is vaak minder geschikt bij een verzakking van de vagina-achterwand en bij obstipatieklachten.
- Soms adviseert de gynaecoloog een kubusvormige ring. Deze zuigt zich vacuüm en geeft daardoor meer steun. Een kubus moet u elke avond verwijderen.
- Niet elke vrouw komt in aanmerking voor een ring. Soms biedt de bekkenbodem te weinig ondersteuning voor een ring als de ingang van uw vagina erg wijd is. De ring zakt dan gemakkelijk naar buiten.

## Het plaatsen van een ring

- De gynaecoloog schat tijdens een inwendig onderzoek in hoe groot de ring moet zijn.
- Daarna plaatst de gynaecoloog de ring in de vagina. Aan de voorzijde rust de ring boven het schaambeentje. Aan de achterzijde rust het op de spieren van de bekkenbodem.
- Als een ring goed zit, voelt u het 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 is gevonden.
- Het kan zijn dat een ingebrachte ring na het polikliniekbezoek naar beneden zakt. U kunt dan proberen met uw vingers de ring in de vagina naar boven terug te drukken. U kunt hierbij niets beschadigen.
- Blijft de ring zakken of irriteren?  
Dan kunt u het zelf door te persen met een vinger naar buiten halen. Ook dit kan geen kwaad. Neem de ring dan mee bij een volgend bezoek aan uw arts.

## Zelf een ring inzetten en eruit halen

- U kunt zelf het inzetten en uithalen van de ring oefenen met uw gynaecoloog.
- 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.
- Eventueel kan een partner helpen bij het inbrengen of uithalen van de ring.
- Zeker in het begin vragen vrouwen zich vaak af of de ring goed zit. Als u het niet voelt zitten, betekent dit dat de ring goed geplaatst is.
- Als u pijnklachten heeft, probeer dan met een vinger de ring van plaats te veranderen. De vagina is aan de bovenkant afgesloten. De ring kan dus nooit verdwijnen of op een verkeerde plaats terechtkomen.

## Bijwerkingen van een ring

- Een ring ligt tegen de vaginawand en drukt daar tegenaan. Daardoor kan irritatie van de vaginawand ontstaan, met afscheidingsklachten als gevolg. Als u nog niet in de overgang bent, is dit weinig. Na de overgang wordt de vagina droger en schraler. De ring kan dan meer afscheiding veroorzaken. Om dit te voorkomen, adviseert uw gynaecoloog u vaak om oestrogene hormonen in de vagina te brengen. Deze hormonen verstevigen de vaginawand en houden deze soepel. Dit kan in de vorm van tabletten, een soort zetpillen of zalf. Om irritatie of drukwondjes te voorkomen, is het meestal voldoende om deze medicijnen één of enkele keren per week in te brengen.
- Soms blijkt na een aantal jaren dat u een andere maat ring nodig heeft.
- Ook kan een ring op langere termijn onvoldoende helpen of te veel irritatie van de vaginawand geven. Een operatie is dan alsnog nodig.
- Het kan gebeuren dat een ring na een aantal jaren juist niet meer nodig is.
- U kunt irritatie van de ring voorkomen door de ring voor het slapen gaan uit de vagina te halen en hem 's ochtends weer in te brengen. De vaginawand kan dan 's nachts weer aansterken. Dit levert meestal geen problemen op.

## Controle van een ring

- Wij adviseren u om de ring elke 3 tot 6 maanden schoon te (laten) maken.

- U kunt dit zelf doen, door de ring uit de vagina te nemen en onder de kraan schoon te borstelen. Daarna brengt u hem zelf weer in.
- Als u het zelf uithalen en inbrengen van de ring moeilijk vindt, kan uw gynaecoloog of uw huisarts de ring voor u schoonmaken.
- Zolang u geen klachten van overmatige of bloederige afscheiding heeft, is een controle van de ring niet nodig.

### **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 levert dit bijna nooit problemen op. Ook kunt u tampons gebruiken als u nog menstrueert.

### **Voor- en nadelen van een ring**

- Een ring biedt een tijdelijke oplossing. Een operatie biedt een meer definitieve oplossing voor uw klachten. Een operatie kan ook nadelen hebben: de klachten verbeteren soms minder dan verwacht. Ook kunnen nieuwe klachten ontstaan, of treden er complicaties op. De klachten kunnen na een aantal jaren terugkomen, omdat een nieuwe verzakking ontstaat of omdat opnieuw incontinentieklachten optreden.
- Een goed passende ring geeft nooit ernstige complicaties. Wel komen de al eerder genoemde klachten over irritatie van de vaginawand op oudere leeftijd voor.

### **Keuze voor een ring of een operatie?**

- Er is niet altijd een passende ring te vinden.
- Is er geen ring voor u, dan kunt u kiezen tussen een operatie of het accepteren van uw klachten.
- Als een ring wel past en uw klachten zijn hiermee verholpen, 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.
- Ook na een operatie is er altijd een kleine kans dat de klachten opnieuw optreden en dat een tweede operatie nodig is. Een operatie op hogere leeftijd is uit medisch oogpunt meestal geen probleem.
- De voor- en nadelen van een ring en de voor- en nadelen van een operatie kunt u verder met uw gynaecoloog bespreken.

## Vragen?

### Stel uw vraag via MijnOLVG

U kunt ons altijd bereiken via [MijnOLVG](#). Heeft u een algemene vraag over vergoeding of betaling? Neem dan contact op met uw zorgverzekeraar of kijk op [www.olvg.nl/vergoeding-kosten-behandeling](http://www.olvg.nl/vergoeding-kosten-behandeling)

Meer informatie over bijvoorbeeld kosten, bereikbaarheid, onderzoeken en behandelingen staat op [www.olvg.nl](http://www.olvg.nl) maar u kunt ons natuurlijk ook bellen.

### Meer informatie online

- [www.olvg.nl/gynaecologie](http://www.olvg.nl/gynaecologie)

## Contact

**polikliniek Gynaecologie, locatie Oost en west**

### Bekkenbodemverpleegkundige aanwezig op

- Maandag en dinsdag: locatie Oost
- Donderdag en vrijdag: locatie West

Polikliniek Gynaecologie, locatie Oost

T 020 599 34 80 (op werkdagen van 08.15 – 16.15 uur)

Polikliniek Gynaecologie, locatie West

T 020 510 88 88 (op werkdagen van 08.15 – 16.15 uur)

Polikliniek Gynaecologie, locatie Spuistraat

T 020 599 91 11 (op werkdagen van 08.15 – 16.15 uur)

U kunt alleen een afspraak maken als u onder behandeling bent van een gynaecoloog in OLVG.

**Oost**  
Oosterpark 9  
1091 AC Amsterdam

**West**  
Jan Tooropstraat 164  
1061 AE Amsterdam

**Spuistraat**  
Spuistraat 239 A  
1012 VP Amsterdam

Onze Algemene Voorwaarden zijn van toepassing: [www.olvg.nl/algemene-behandelvoorwaarden](http://www.olvg.nl/algemene-behandelvoorwaarden)

Aanmelden MijnOLVG via [www.mijnolvg.nl](http://www.mijnolvg.nl) | Klacht of opmerking: [www.olvg.nl/klacht](http://www.olvg.nl/klacht)

Redactie en uitgave: Marketing en Communicatie, 25 april 2023, foldernr.0596