
Mijn ervaring

TWEE JAAR NA DE BEVALLING VROEGEN MENSEN NOG OF IK ZWANGER WAS

Sarah onderging een buikwandcorrectie

Nadat Sarah zeven jaar geleden beviel van een tweeling, bleek dat ze een diastase had. Dit is een verschijnsel waarbij de ruimte tussen de linker- en rechterbuikspier te groot is, wat kan leiden tot verschillende klachten. In Sarah's geval leidde dit tot rugklachten en een dikke buik die niet meer verdween. Gelukkig kon plastisch chirurg Drs. Gijs van Selms van Esthetisch Centrum Jan van Goyen haar hierbij helpen.

Sarah: 'Ik merkte met sporten dat mijn dikke buik niet verdween en dat ik meer rugklachten kreeg. Ik had al geen hele sterke rug, maar sporten hielp ook niet. Het trainen van de rechte buikspieren maakte dit namelijk alleen maar erger. Ik heb toen met een mensendiecktherapeut en een fysiotherapeut geprobeerd om mijn klachten te verhelpen, want met het trainen van je schuine buikspieren kan je op zich ook veel corrigeren. Dit leverde helaas niet het gewenste resultaat op.'

Belemmerde de diastase je in jouw dagelijkse activiteiten?

'Ja, het was een kwetsbaar gebied, die diastase zat echt in de weg. Als de kinderen op schoot sprongen had ik altijd het idee dat ik mijn buik moest beschermen omdat het zo zacht en niet beschermd meer voelde. Hockeyen heb ik ook een tijd niet gedaan, omdat het een te grote contactsport is en ik het niet fijn vond als mensen tegen me opbotsten.'

Wat was de reden dat je besloot er iets aan te laten doen?

'Los van de rugklachten die ik had vond ik het esthetisch gezien echt niet mooi. Ik heb werk waarbij ik vaak nieuwe mensen ontmoet en bijna iedereen feliciteerde me en vroeg me of ik zwanger was. Een jaar na de bevalling snapte ik dit nog, maar na twee à drie jaar vond ik het vervelend worden. Toen bedacht ik me dat ik deze vraag niet de rest van mijn leven wilde krijgen. Ik heb verder ook best een dun lichaam dus dit onderdeel voelde ook alsof het niet echt van mij was.'

En toen ging je de stap wagen..

'Ja, ik heb wel getwijfeld omdat er geen medische noodzaak was en de operatie dus ook niet werd vergoed. Ik ben toen veel rond gaan vragen aan ervaringsdeskundigen over wat de ingreep inhoudt, want op het internet las ik veel enge verhalen over het herstel. Uiteindelijk heb ik ervoor gezorgd dat ik twee weken bij mijn moeder thuis kon herstellen en dat was fantastisch, want ik heb mij alleen maar gefocust op het herstel. Ik werd goed verzorgd en na twee weken kon ik thuis weer redelijk meedraaien.'

Hoe zag het herstel er verder uit?

'Uiteindelijk ben ik, na ongeveer vier weken thuis te zijn geweest, weer gaan werken en de deur uitgegaan. Ik kon rustig mijn leven weer oppakken en vond het echt meevallen. De pijnstillers werkten hartstikke goed, dus ik heb ook niet veel pijn gehad. Het is meer dat je je er aan over moet geven dat je gewoon niets kan. De eerste weken loop je helemaal voorover, dus dat is wel raar. Je voelt je enorm beperkt, maar weet dat het weer over gaat en goedkomt.'



VOOR

Welk effect heeft de buikwandcorrectie op je leven gehad?

'Ik krijg nooit meer de vraag of ik zwanger ben! Verder kan ik alle kleren aan doen die ik wil, ben ik weer vol aan het sporten, en ik ben blijer omdat ik sinds de operatie echt het gevoel heb dat ik mijn lijf weer terug heb. Het is heel fijn om te merken dat ik weer een sterke buik heb en deze dus niet meer hoeft te beschermen. Ik ben iedere dag blij dat ik het gedaan heb!'

Hoe waren de reacties van je omgeving?

'Ik moest mij voor de operatie wel een beetje verantwoorden, vooral naar mijn broers. Ik was het jaar ervoor heel erg ziek geweest, dus die dachten: wat haalt ze zich nu weer op de hals? Verder reageerden mensen er redelijk relaxed op en vooral mijn vriendinnen en mijn moeder begrepen goed dat ik dit wilde. We gingen na onze zwangerschappen natuurlijk even onze buiken vergelijken en ja, dan kwam ik er redelijk bekaaid vanaf. Bij de familie moest ik wel even wat angst wegnemen. Na de operatie kreeg ik vooral hele positieve reacties.'

Zou je de operatie en Drs. Gijs van Selms aanraden?

'Als je ermee zit zou ik het zeker aanraden. Als je het geld er voor over hebt, want het is natuurlijk wel een hoop geld. Mijn man zei op een gegeven moment: 'Doe het gewoon, dan heb je er ook langer plezier van.' Dat vond ik wel een goeie! Daarnaast heb ik het mezelf gegund, ik ben echt heel blij voor mezelf. Drs. van Selms is een zeer professionele arts, heeft veel ervaring en is heel vriendelijk. Voor specifieke uitleg zou ik de consultants plastische chirurgie bellen, zij kunnen je alles uitleggen over de ingreep.' •



NA



Over Drs. Gijs van Selms

Na zijn studie geneeskunde in Antwerpen en Rotterdam is Drs. Gijs van Selms zes jaar algemene chirurgie gaan doen, gevolgd door de opleiding plastische chirurgie in het Erasmus Medisch Centrum. Tijdens zijn opleidingsjaren is van Selms getraind in de plastische- en reconstructieve zorg, met traumatologie in de breedste zin van het woord. Na zijn opleiding kreeg hij meer en meer te maken met de esthetische zorg en bezocht hij internationale congressen en buitenlandse klinieken.

Bij Jan van Goyen concentreert Gijs van Selms zich vooral op de esthetische lichaamschirurgie.
