



## Totaal ruptuur

Bij een bevalling kan het voorkomen dat u een (totaal) ruptuur of knip krijgt. Deze folder is voor zwangeren die bij een vorige bevalling een totaal ruptuur hebben gehad.

Een totaal ruptuur is een ernstige scheur die kan ontstaan in het gebied tussen de vagina en de anus tijdens de bevalling. Bij een totaal ruptuur is niet alleen de huid en het weefsel gescheurd, maar ook de spieren en diepere lagen, tot aan de anus zelf (kringspier). Dit maakt het een "totaal" ruptuur.

Deze scheur is ernstig en moet vaak operatief hersteld worden. Het kan pijn en ongemak veroorzaken tijdens het herstel, en soms kan het invloed hebben op de controle over je ontlasting.

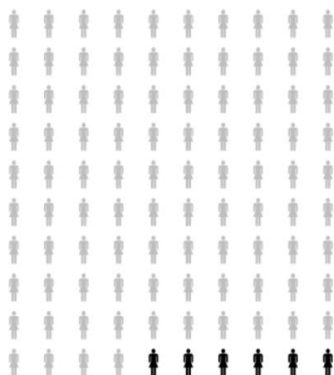
## Herhalingskans

Van de 100 vrouwen die voor de eerste keer bevallen, krijgt 4 vrouwen een totaalruptuur. Als je bij een eerdere bevalling een totaalruptuur hebt gehad, is de kans dat je dit bij een volgende bevalling opnieuw krijgt 6 op 100. Van de 100 vrouwen die bij hun eerste bevalling geen totaalruptuur hadden, krijgt 2 vrouwen een totaalruptuur bij hun tweede bevalling.

## Wel of geen knip?

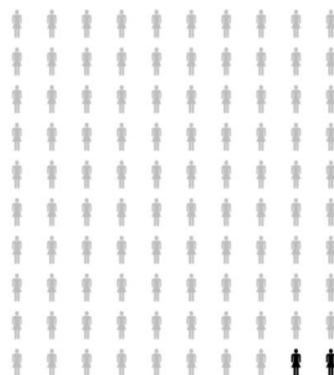
Als je vaginaal bevalt, kun je een totaalruptuur niet altijd voorkomen, ook niet als je een knip krijgt. De meeste vrouwen die geen knip krijgen, krijgen geen totaalruptuur. De kans op een tweede totaalruptuur is waarschijnlijk iets kleiner als je bij de tweede bevalling wel een knip krijgt.

## Hoeveel vrouwen hebben bij hun **tweede bevalling** een **totaalruptuur**?



**Vorige keer totaalruptuur: 6%**

6 van de 100 wel  
94 van de 100 niet



**Vorige keer geen totaalruptuur: 2%**

2 van de 100 wel  
98 van de 100 niet

Als je een totaalruptuur hebt gehad bij je eerste bevalling dan is de kans op een totaalruptuur bij de volgende bevalling ongeveer 3 op de 100 als je een knip krijgt. Als je geen knip krijgt, is de kans iets meer, namelijk bijna 8 op de 100.

## Hoeveel vrouwen hebben bij hun **tweede bevalling** een **totaalruptuur**?



**Wel een knip: 3%**

3 van de 100 wel  
97 van de 100 niet



**Geen knip: 8%**

8 van de 100 wel  
92 van de 100 niet

## Andere invloeden

Naast een knip zijn er andere dingen die invloed hebben op het krijgen van een totaalruptuur, die niet meegenomen zijn in de cijfers hierboven. Voorbeelden zijn hoe snel je kindje wordt geboren, welke houding je hebt tijdens de bevalling, hoe je vorige bevalling is verlopen, hoe je huidige bevalling verloopt, de grootte van je baby, de ingrepen die je krijgt, de begeleiding van je zorgverlener en jouw lichaamsbouw. Het is niet bekend hoe deze dingen invloed hebben op de cijfers voor vrouwen die een knip kregen en vrouwen die geen knip kregen. Daarom is het belangrijk om je situatie met je zorgverlener te bespreken en je vragen aan hen te stellen.

## Wat kun je nog meer doen?

De enige manier om een totaalruptuur zeker te voorkomen, is een keizersnede. Er is alleen geen bewijs dat een keizersnede de kans op incontinentie voor ontlasting kleiner maakt. Je kunt met je zorgverlener bespreken of een keizersnede in jouw situatie een optie is.

Bij een vaginale bevalling kun je een totaalruptuur meestal niet voorkomen. Wel kun je de kans erop kleiner maken door tijdens het persen warme washandjes tegen het perineum (gebied tussen de vagina en anus) te houden, verschillende houdingen aan te nemen en rustig de tijd te nemen voor de persfase. Het is vooral belangrijk dat het hoofdje van je baby langzaam geboren wordt. Probeer goed te voelen wat je lichaam aangeeft en alleen te persen als je baarmoeder dat ook doet. Als de huid snel oprekt, kun je zuchten in plaats van persen. Je verloskundige of arts kan je helpen met aanwijzingen. Om de geboorte van de schouders rustig te laten verlopen, kun je even wachten op een wee na de geboorte van het hoofdje, zodat je kindje niet in één keer geboren wordt. Het kan ook helpen om op handen en knieën te bevallen.

---

## Wat zijn de mogelijke gevolgen van een totaalruptuur?

Bij de meeste vrouwen geneest een totaalruptuur goed, zonder dat ze hier later klachten van hebben. In de eerste 3 maanden komen pijnklachten

wel iets vaker voor dan bij vrouwen die een scheur of een knip hadden. Op latere leeftijd hebben vrouwen die een totaalruptuur hebben gehad, vaker moeite om hun ontlasting op te houden (5 op de 100 vrouwen). Dit komt nog iets vaker voor bij vrouwen die twee keer een totaalruptuur hebben gehad (9 op de 100 vrouwen).

Hoeveel vrouwen hebben 20 jaar later last van **incontinentie voor ontlasting**?



**Geen totaalruptuur: 2%**  
2 van de 100 wel  
98 van de 100 niet



**Eén keer een totaalruptuur: 5%**  
5 van de 100 wel  
95 van de 100 niet



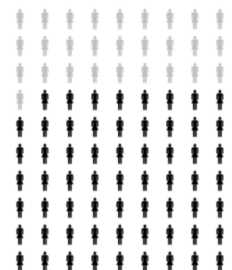
**Twee keer een totaalruptuur: 9%**  
9 van de 100 wel  
91 van de 100 niet

Het niet kunnen ophouden van windjes komt bij ongeveer de helft van alle vrouwen voor, of ze nu een totaalruptuur hebben gehad of niet. Het komt vaker voor bij vrouwen die een totaalruptuur hebben gehad (69 op de 100 vrouwen) en het vaakst bij vrouwen die dit twee keer hebben meegemaakt (77 op de 100 vrouwen).

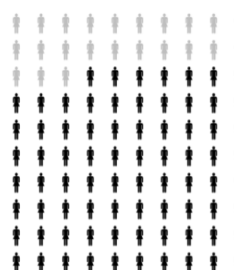
Hoeveel vrouwen hebben 20 jaar later last van **incontinentie voor windjes**?



**Geen totaalruptuur: 52%**  
52 van de 100 wel  
48 van de 100 niet



**Eén keer een totaalruptuur: 69%**  
69 van de 100 wel  
31 van de 100 niet



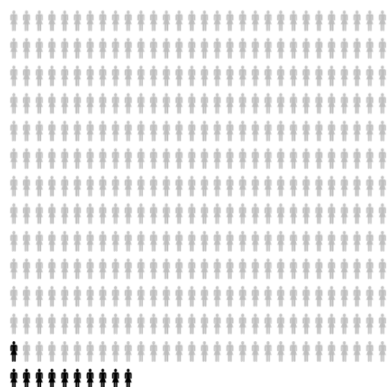
**Twee keer een totaalruptuur: 77%**  
77 van de 100 wel  
23 van de 100 niet

Vrouwen die twee keer een totaalruptuur hebben gehad, hebben dus de meeste kans op ongewild verlies van ontlasting of windjes op latere leeftijd. Daarom is het belangrijk om de kans op een tweede totaalruptuur zo klein mogelijk te maken. Dit kan door een knip, maar er zijn ook andere manieren, zoals eerder uitgelegd in de folder 'Inknippen en scheuren bij de bevalling'.

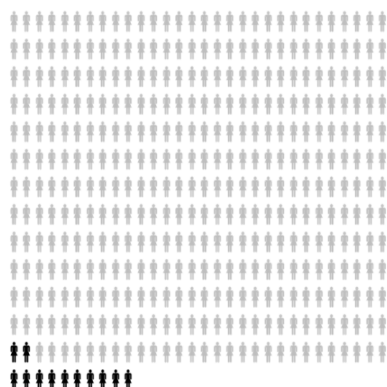
Jij beslist zelf wat je wilt. Je zorgverlener kan je advies geven, gebaseerd op hoe je vorige bevalling is verlopen en hoe ernstig de totaalruptuur was. Uiteindelijk beslis jij of je wel of geen knip wilt als je vaginaal bevalt. Een knip maakt de kans op een totaalruptuur waarschijnlijk kleiner bij vrouwen die al eerder een totaalruptuur hebben gehad, maar de kans op klachten wordt maar een beetje kleiner. Je ziet dit in de diagrammen op de volgende pagina.

Van de 200 vrouwen die eerder een totaalruptuur hebben gehad en bij de tweede bevalling een knip krijgen, hebben 11 vrouwen last van het niet kunnen ophouden van ontlasting. Van de 200 vrouwen die bij de tweede bevalling geen knip hebben gekregen, hebben 12 vrouwen dit probleem.

Hoeveel vrouwen die **eerder een totaalruptuur hadden**, hebben 20 jaar later last van **incontinentie voor ontlasting**?



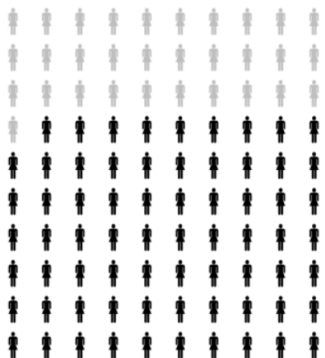
**Wel een knip: 5,5%**  
11 van de 200 wel  
189 van de 200 niet



**Geen knip: 5,8%**  
12 van de 200 wel  
188 van de 200 niet

Van de 100 vrouwen die eerder een totaalruptuur hebben gehad en bij de tweede bevalling een knip krijgen, kunnen 69 vrouwen geen windjes ophouden. Bij vrouwen die bij de tweede bevalling geen knip hebben gekregen, is dat bij 70 vrouwen het geval.

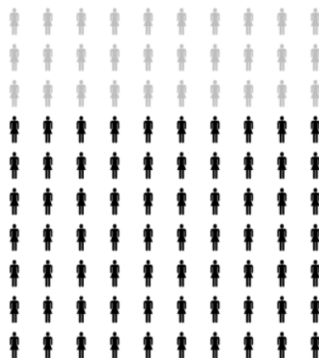
Hoeveel vrouwen die **eerder een totaalruptuur hadden**, hebben 20 jaar later last van **incontinentie voor windjes**?



**Wel een knip: 69%**

69 van de 100 wel

31 van de 100 niet



**Geen knip: 70%**

70 van de 100 wel

30 van de 100 niet

Heb je nog vragen over dit onderwerp, bespreek dit dan gerust met uw verloskundig hulpverlener tijdens een afspraak op de poli.

## Telefoonnummers en adres

Deze folder is tot stand gekomen in samenspraak met alle zorgverleners aangesloten bij JIJWIJ.

### Elkerliek ziekenhuis

Wesselmanlaan 25  
5707 HA Helmond

### Polikliniek gynaecologie

T: 0492 – 59 59 57

### Verloskamer

T: 0492 – 59 56 42

### Centrum voor Geboorte en Gezin

T: 0492 – 59 56 40

<http://www.jijwij.nl/>