Printdatum:25 November, 2026 | Versie: 21 maart, 2025
Deze brochure wordt regelmatig geactualiseerd. Kijk voor de meest recente versie op: Brochure: frenulumplastiek

ANDROS CLINICS
Onderdeel van Xpert Clinics



Brochure: frenulumplastiek

Bij Andros Clinics, de grootste urologische kliniek in Nederland, wordt een frenulumplastiek uitsluitend aangeboden aan volwassen mannen met een medische indicatie. De ingreep wordt altijd uitgevoerd door een ervaren uroloog. Een uroloog is dé arts die gespecialiseerd is in de mannelijke geslachtsorganen.

Wat is een frenulumplastiek?

Bij een frenulumplastiek wordt het voorhuidriempje, ook wel frenulum of toompje genoemd, ruimer gemaakt. Het voorhuidriempje zit aan de onderkant van de penis bij de voorhuid. Als dit te strak of te kort is kan deze pijn veroorzaken tijdens een erectie.

Een frenulumplastiek is een kleine ingreep waarbij een sneetje wordt gemaakt in het voorhuidriempje. Deze ingreep duurt ongeveer 15 minuten en wordt onder lokale verdoving uitgevoerd. De verdovingsprikken zijn, zoals alle prikken, een beetje gevoelig. We adviseren u daarom om 2 tabletten paracetamol te slikken op het moment dat u van huis vertrekt.

Inhoud

- Zelf uw afspraak voorbereiden
- Uw bezoek aan de kliniek
- Leefregels
- Bijwerkingen en complicaties
- Kosten
- Praktische info
- Adressen, routes en parkeren

Zelf uw afspraak voorbereiden

Een goede voorbereiding is belangrijk voor de ingreep. Lees hier wat u zelf moet doen.

Thuis de ingreep voorbereiden

De dag van de ingreep

- Om infectie te voorkomen wast u zichzelf op de dag van de ingreep zorgvuldig met water en zeep.
- U mag op de dag van de ingreep gewoon eten.
- Na de ingreep mag u niet zelf autorijden of fietsen. Wij adviseren u dan ook om iemand ter begeleiding mee te nemen naar de afspraak.
- Draag op de dag van de ingreep een goed zittende, strakke onderbroek of zwembroek.
- We adviseren om twee paracetamol van 500mg te slikken op het moment dat u van huis vertrekt.

De Andros app – uw begeleiding rondom de ingreep

Tijdens de voorbereiding en nazorg van uw ingreep is de Andros app een belangrijk hulpmiddel.

Via de app ontvangt u op het juiste moment duidelijke instructies over de voorbereiding op de ingreep. Zo weet u precies wat u moet doen en wanneer.

Na de ingreep volgen we via de app hoe het met u gaat. U ontvangt een korte vragenlijst over uw herstel en eventuele klachten. Op deze manier kunnen we snel signaleren of

extra aandacht nodig is.

Heeft u vragen?

Via de app kunt u 24 uur per dag chatten met onze AI-assistent voor algemene vragen. Op werkdagen kunt u via de app ook contact opnemen met een van onze verpleegkundigen.

Met de Andros app heeft u altijd de juiste informatie bij de hand en staan we dichtbij als u ons nodig hebt.

Download de Andros app

U ontvangt per SMS een link om de app te downloaden.

Heeft u geen SMS ontvangen? Gebruik dan de onderstaande QR-code om de app te downloaden.

Informed Consent en preoperatieve screening

Voorafgaand aan uw ingreep zijn er enkele belangrijke stappen die u moet doorlopen.

Informed Consent

Voordat de ingreep kan plaatsvinden, is het belangrijk dat u het Informed Consent formulier zorgvuldig doorleest en uw toestemming geeft. U vindt dit formulier in uw persoonlijke portaal. Het formulier moet volledig ingevuld zijn om de ingreep door te laten gaan.

Preoperatieve Screening

Daarnaast vindt er een preoperatieve screening plaats. U ontvangt per e-mail een link naar ons portaal, waar een digitale vragenlijst voor u klaarstaat. Deze vragenlijst is

verplicht en helpt de verpleegkundige te beoordelen of de ingreep veilig kan worden uitgevoerd.

Zorg ervoor dat u de vragenlijst volledig invult vóór de ingreep, anders kan deze niet doorgaan. Als de verpleegkundige aanvullende informatie nodig heeft, neemt zij telefonisch contact met u op.

Gebruikt u bloedverdunnende medicatie?

Bij het gebruik van bloedverdunnende medicijnen is de kans op een bloeding wat groter. Het is daarom noodzakelijk dat u enkele dagen voor de ingreep met deze medicijnen stopt. Overleg met uw behandelend arts of trombosedienst wanneer u dient te stoppen met deze medicijnen en wanneer u weer mag beginnen.

Uw bezoek aan de kliniek

Wat neemt u mee naar de afspraak?

- Neem een geldig legitimatiebewijs mee.
- Neem een medicatieoverzicht mee of geef uw apotheek toestemming?om?uw medicatieoverzicht te delen.?U kunt uw apotheek toestemming geven via ?www.volgjezorg.nl

Voordat met de ingreep wordt gestart heeft u een gesprek met de uroloog die de frenulumplastiek uitvoert. Tijdens dit gesprek zal deze arts de ingreep uitgebreid met u bespreken. Ook zal hij eventuele vragen die u heeft beantwoorden. Daarna wordt gestart met de ingreep.

Plaatselijke verdoving

Na het gesprek met de uroloog neemt u plaats op de behandeltafel. De penis wordt gedesinfecteerd en de huid wordt verdoofd door middel van injecties aan de basis van de penis. De verdovingsprikken zijn, zoals alle prikken, een beetje gevoelig. We adviseren u daarom om 2 tabletten paracetamol te slikken op het moment dat u van huis vertrekt.

De ingreep

Nadat de verdoving is ingewerkt maakt de uroloog een dun sneetje in het voorhuidriempje. Dit sneetje wordt met een aantal oplosbare hechtingen gesloten. Deze hechtingen lossen binnen 8-14 dagen vanzelf op. Soms zijn er geen hechtingen nodig. Deze ingreep duurt ongeveer 15 minuten.

Even bijkomen

Als de ingreep is afgerond vragen we u om nog even plaats te nemen in de wachtruimte. In de wachtruimte neemt u een kop koffie of een soep, zodat we zeker weten dat het goed gaat met u als u weer vertrekt.

Na de ingreep

De rest van de dag is het belangrijk dat u rustig aan doet, om een bloeding te voorkomen. Na ongeveer twee uur is de verdoving uitgewerkt, u kunt dan een paracetamol innemen (maximaal 6 à 8 per dag). Zolang u bloedverlies heeft, raden wij u aan geen ibuprofen, Naproxen of Diclofenac te slikken of alcohol te drinken.

Wij adviseren u na de ingreep goed zittende, strakke onderbroeken ter ondersteuning te dragen totdat het gebied niet meer pijnlijk is. Draag de penis omhoog in de onderbroek. Ook kunt u het gebied koelen met koelelementen. Doe dit nooit langer dan 5 minuten en altijd met een handdoek om de koelelementen gewikkeld.

Leefregels na frenulumplastiek

Na een frenulum plastiek wordt er geen verband om de penis gedaan. Na de ingreep wordt er vaseline op het wondje aangebracht en wordt de voorhuid er weer overheen geschoven. De voorhuid dient als natuurlijk ‘verband’. Het wondje kan wat nabloeden, meestal is een gaasje in de onderbroek tegen de penis aan voldoende.

Wij adviseren u na de ingreep goed zittende, strakke onderbroeken ter ondersteuning te dragen totdat het gebied niet meer pijnlijk is. Draag de penis omhoog in de onderbroek. Om complicaties te voorkomen raden we u aan op de dagen na de ingreep op het volgende te letten:

- Op de dag van de ingreep tot 24 uur de wond drooghouden.

- Hierna is het belangrijk om in ieder geval 7 dagen, of zolang de wond open is, twee keer per dag de voorhuid goed naar achteren te schuiven en de wond enkele minuten te spoelen onder de douche.
- Na het spoelen dept u de wond droog en brengt vaseline aan op de wond. Hierna schuift u de voorhuid weer eroverheen.
- De dag na ingreep kunt u licht werk verrichten. Dit kunt u per dag opbouwen maar blijf goed naar uw lichaam luisteren. Bij pijn of meer lekkage van wondvocht moet u rustiger aan doen.
- De dag na de ingreep kunt u ook weer bewegen/sporten zoals wandelen en fietsen. Bouw dit langzaam op. Contactsport minimaal één week uitstellen.
- U mag minimaal 1 week niet zwemmen, in bad of naar de sauna.
- Vier weken geen geslachtsgemeenschap.

Bijwerkingen en complicaties

Eén dag na de behandeling nemen wij via de app contact met u op om te vragen hoe het met u gaat en of u last heeft gehad van complicaties. Over het algemeen komen er weinig complicaties voor.

Na de ingreep kan de eikel er rood, gezwollen en geïrriteerd uitzien. Dit verdwijnt na enkele weken en hoeft u zich geen zorgen om te maken. Ook is het normaal dat er wat wondvocht uit de wond komt. U kunt de wond een minuut dichtdrukken om het nabloeden te stoppen.

Neem altijd contact op als:

- U koorts krijgt boven de 38,5 °C;
- er een nabloeding optreedt;
- er een ontsteking optreedt;
- de eikel zeer pijnlijk aanvoelt of er pus uitkomt

Hoe neemt u contact op?

- Bij spoedklachten na de ingreep belt u direct het spoednummer van Andros Clinics: 026 – 389 06 82.

Dit nummer is 24 uur per dag bereikbaar. De telefoniste kan u zo nodig in contact brengen met een arts.

- Bij vragen of minder dringende klachten kunt u tijdens openingstijden (08:00 t/m 17:00 uur):
  - bellen met 026 – 389 17 53 of
  - een bericht sturen via de chat in de Andros app
- De arts kan u zo nodig adviseren om contact op te nemen met de huisartsenpost of spoedeisende hulp.Moet u daar vanwege klachten na de ingreep naartoe? Dan kunt u de arts de informatie laten zien die u na de ingreep per e-mail ontvangt. U vindt deze informatie ook in de Andros app, onder ‘Informatie bij complicaties’.

Wat zijn de kosten?

Andros factureert direct aan uw zorgverzekeraar. U hoeft dus niet eerst zelf te betalen. Wel kan de ingreep ten laste worden gebracht van uw eigen risico. Met alle zorgverzekeraars zijn er afspraken gemaakt over vergoeding van de door ons uitgevoerde ingreep.

Belangrijk: om de ingreep vergoed te krijgen, heeft u een verwijsbrief van uw huisarts nodig.

Praktische info

Afspraak verzetten of afzeggen

Kunt u niet komen of wilt u uw afspraak verzetten? Neem dan ten minste **één week** voor uw afspraak contact met ons op. Het is anders lastig om uw plekje nog op te vullen terwijl er wel een medisch team (arts, verpleegkundige en analist) voor u klaar staat. We zijn dan helaas genoodzaakt om kosten in rekening te brengen.

Privacy

Uw gegevens worden beschermd door de Algemene Verordening Gegevensbescherming (AVG). Dit betekent dat al uw persoonsgegevens en de bevindingen van het bij u uitgevoerde onderzoek zorgvuldig en veilig worden verwerkt. Zonder uw toestemming zijn deze gegevens niet toegankelijk voor derden; betrokken medewerkers hebben hier wel toegang toe.

Binnen Andros Clinics kunnen uw medische gegevens en eventueel lichaamsmateriaal daarnaast worden gebruikt voor kwaliteitsverbetering en wetenschappelijk onderzoek (nader gebruik), zonder dat hiervoor extra gegevens of materialen worden afgenomen. Hierbij worden gegevens zoveel mogelijk gecodeerd verwerkt en altijd geanonimiseerd gedeeld. Bekijk hier ons privacy statement

Klachten en suggesties

Alle medewerkers van Andros doen hun best om u goede zorg en hulp te geven. Toch gaat het niet altijd zoals door u wordt verwacht. Het is het beste om uw opmerking, aanmoediging of klacht rechtstreeks met de betrokken medewerker(s) te bespreken. Wij zien elke klacht als een kans om te leren en onze kwaliteit te verbeteren. Levert het gesprek niet op wat u verwacht, dan kunt u zich wenden tot onze klachtencoördinator. Op www.andros.nl/klacht vindt u alle informatie hierover.

Neem gerust contact op

Heeft u na het lezen van deze brochure nog vragen? Neem dan gerust contact op. U kunt ons bereiken via 026-389 17 53 op maandag t/m vrijdag van 08.00 uur tot 17.00 uur of via info@andros.nl

Adressen, routes en parkeren

Andros Clinics Amsterdam

Louwesweg 6 (2e etage)
1066 EC Amsterdam
Parkeren: betaald parkeren in parkeergarage De Plantijn. Houd er rekening mee dat het vanaf de parkeergarage ongeveer 10 tot 15 minuten lopen is naar onze kliniek.

Bent u mindervalide of slecht ter been? Er zijn enkele openbare mindervalidenparkeerplaatsen beschikbaar. Helaas kunnen wij deze niet voor u reserveren. U kunt ook iemand afzetten bij de ingang van Amsterdam Slotervaart en daarna de auto parkeren in de parkeergarage.

Plan route naar kliniek met Google
Plan route naar parkeergarage met Google

Andros Clinics Arnhem

Meester E.N. van Kleffensstraat 5
6842 CV Arnhem
Parkeren: gratis parkeren op eigen parkeerterrein. Mindervalideparkeerplaats beschikbaar, reserveren niet mogelijk.
Plan route met Google

Andros Clinics Baarn

Hermesweg 15
3741 GP Baarn
Parkeren: gratis parkeren op eigen parkeerterrein, laadpalen en mindervalideparkeerplaats beschikbaar maar reserveren is niet mogelijk.
Plan route met Google

Andros Clinics Rijswijk – Den Haag

Madame Curielaan 8-10
2289 CA Rijswijk
Parkeren: met blauwe kaart 2 uur gratis rondom kliniek of betaald bij Q-park Hoornwijck. Openbare mindervalideparkeerplaats voor de deur, reserveren niet mogelijk.
Plan route naar kliniek
Plan route naar Q-park

Niet goed ter been?

Heeft u een beperking of bent u niet goed ter been? Neem dan contact met ons op, wij denken graag met u mee.