



Ein gutes Bauchgefühl

Information zur schnellen Erholung nach Ihrer Bauchoperation
im Städtischen Klinikum Karlsruhe



Inhaltsverzeichnis

Vorwort	3
Einführung	4
Vorbereitung auf die Operation	6
Die Fast-Track-Sprechstunde vor der Operation	8
Aufnahme und Operationstermin	9
Ernährung	10
Medikamente	12
Was muss ich in die Klinik mitbringen	13
Vor der Abfahrt in die Klinik	14
Ankunft in der Klinik – der Operationstag	15
Die Tage nach der Operation	18
Weitere Angebote	26
Entlassung	27
Fragen und Notizen	34
Kontaktdaten und Impressum	36

Liebe Patientin, lieber Patient!

In den nächsten Tagen ist bei Ihnen ein operativer Eingriff geplant. Diese Broschüre soll ein Leitfaden für Sie rund um die anstehende Operation und deren Abläufe während Ihres Krankenhausaufenthaltes sein.

Bitte nehmen Sie sich die Zeit, diese Broschüre aufmerksam zu lesen. Vielleicht gemeinsam mit Ihren Angehörigen oder mit anderen Personen Ihres Vertrauens.

Bitte bringen Sie diese Broschüre und das Patiententagebuch am Aufnahme- tag auf jeden Fall mit ins Klinikum!

Diese Broschüre dient Ihrer Information über das Fast-Track-Programm und damit zu Ihrer möglichst schnellen Erholung nach der Operation. Sie wird Sie während Ihrer gesamten Behandlung im Klinikum begleiten.

Hier finden Sie:

- Alle wichtigen Telefonnummern Ihrer Ansprechpartner
- Die Abläufe rund um Ihre Operation
- Tipps, wie Sie sich optimal auf Ihre Operation vorbereiten können
- Wichtige Hinweise, wie Sie aktiv an Ihrer schnellen Genesung mitwirken können
- Raum für eigene Notizen und Fragen



Was ist Fast-Track und welche Vorteile bietet es gegenüber herkömmlichen Operationsverfahren?

Fast-Track bedeutet wörtlich übersetzt „Chirurgie auf der Überholspur“. Unter herkömmlicher Behandlung kommt es häufig zu körperlichen Tiefpunkten, aus denen sich der Patient mühevoll herausarbeiten muss.

Die Fast-Track-Behandlung verringert die Eingriffe in die normalen Körperfunktionen und damit diese Tiefpunkte.

Die Eckpfeiler des Fast-Track sind:

- Besserer Ernährungszustand durch kürzere Nüchternzeiten und schnellem, verträglichen Kostenaufbau
- Schonendere Operationsmethoden und Anästhesieverfahren
- Effizientere Schmerztherapie, die eine rasche Mobilität und damit stabile Kreislaufsituation ermöglicht
- Engere Zusammenarbeit zwischen Patienten, Pflegenden und Ärzten
- Persönlichere und individuellere Betreuung über den Krankenhausaufenthalt hinaus

Für Sie als Patienten hat die Fast-Track-Behandlung folgende Vorteile:

- Weniger Schmerzen
- Geringere Übelkeit und schnellere Rückkehr zur normalen Ernährung
- Seltener Komplikationen
- Schneller wieder mobil und selbstständig
- Frühere Entlassung aus dem Krankenhaus
- Persönlichere Betreuung

Fast-Track – Überblick



Um die Behandlungsziele zu erreichen und schnell wieder gesund zu werden, ist es wichtig, dass Sie sich aktiv an diesem Programm beteiligen!



VORBEREITUNG AUF IHRE OPERATION

Bleiben Sie in Bewegung, machen Sie täglich kurze Spaziergänge (mind. 30 Minuten) oder leichten Sport, ohne sich zu verausgaben, und fördern Sie damit Ihre Beweglichkeit und Kreislauf Funktionen.



Täglicher Spaziergang

Stoppen Sie Ihr Rauchverhalten möglichst 4 Wochen vor der Operation. Hilfen hierzu können Sie bei Ihrem Hausarzt oder bei Ihrer Krankenkasse erfragen.



4 Wochen vor der OP das Rauchen einstellen

Reduzieren Sie Ihren Alkoholkonsum. Ab dem Vortag Ihrer Operation dürfen Sie keinen Alkohol mehr trinken.



Kein Alkohol vor der OP

Bereiten Sie sich bereits vor der Operation auf Ihre Rückkehr nach Hause vor.

Vielleicht benötigen Sie nach Ihrer Entlassung vorübergehend Unterstützung durch Familie oder Freunde.



Hilfe nach der OP

Ihre Entlassung erfolgt zwischen 4 und 7 Tagen nach Ihrer Operation!



Wenn Sie vorerkrankt sind, könnte es eventuell erforderlich sein, einen Facharzt aufzusuchen, eventuelle Medikamenteneinstellung zu überprüfen oder Voruntersuchungen durchführen zu lassen. Dieses wird im Gespräch mit dem behandelnden Chirurgen und Narkosearzt besprochen.



DIE FAST-TRACK-SPRECHSTUNDE VOR DER OPERATION

Wichtig ist, dass Sie viel Zeit mitbringen und wenn möglich eine Person Ihres Vertrauens.

In unterschiedlicher und wechselnder Reihenfolge werden folgende Themen mit Ihnen besprochen.

Sie werden in der Sprechstunde Ihren behandelnden Chirurgen und die Fast-Track-Assistenz kennenlernen. Als zentraler Ansprechpartner rund um Ihre Operation wird sie Ihnen den Inhalt dieser Broschüre und die anstehenden Schritte des Fast-Track-Programms erläutern sowie Ihre individuellen Bedürfnisse erfragen.

Der Chirurg klärt Sie über die bevorstehende Operation auf, wird Sie untersuchen und zu Ihrem Gesundheitszustand, Medikamenten und Allergien befragen.

Sie erhalten von der Fast-Track-Assistenz zudem 3 Portionen einer kohlenhydratreichen Trinklösung und Antibiotika, die Sie vor der Operation einnehmen müssen.

Sollte bei Ihnen die Operation aufgrund einer Krebserkrankung durchgeführt werden, begleitet Sie zusätzlich zur Fast-Track-Assistenz die Darm-Krebs-Assistenz. Sie begleitet Sie bei allen Fragen rund um Ihre Krebserkrankung und betreut Sie auch, wenn Sie Termine in anderen Fachabteilungen wie der Strahlenklinik oder der Onkologie haben.

Wir werden Ihnen Blut abnehmen und eine Kollegin der Ambulanz erhebt die pflegerische Anamnese.

Je nach Notwendigkeit erhalten Sie Eiseninfusionen und Vitamin D-Kapseln.

AUFNAHME UND OPERATIONSTERMIN

Sie erhalten im Rahmen des Aufklärungsgespräches eine Terminbestätigung.

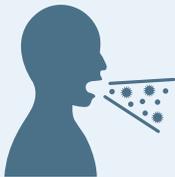
Normalerweise werden unsere Patienten am Tag des Operationstermins einbestellt. Bedenken Sie bitte, dass Operationszeit oder Operationsplan bedingt durch Notfälle verschoben werden können.

Stat. Aufnahme

am: ____ . ____ . ____ **um:** ____ : ____

am: ____ . ____ . ____

WANN MUSS ICH DIE OPERATION ABSAGEN?



Bei grippalem Infekt! Bei Fieber oder Unwohlsein! Bei einer Schwangerschaft

**Bitte rufen Sie in diesem Fall Ihre Fast-Track-Assistenz zeitnah an.
Wir werden gegebenenfalls einen neuen Operationstermin vereinbaren!**

ERNÄHRUNG

Der Ernährungszustand spielt für die Operation eine wichtige Rolle.

Deshalb wird Ihnen die Fast-Track-Assistentin einige Fragen dazu stellen. Dabei geht es insbesondere um den BMI (Body Mass Index, berechnet aus Größe und Gewicht), den Gewichtsverlauf und darum, wie viel Sie in den letzten Wochen essen konnten.

Wenn Sie untergewichtig sind, Gewicht verloren haben oder nur wenig essen können, wird die Fast-Track-Assistenz mit einer Ernährungsberaterin und dem Chirurgen Kontakt aufnehmen. Diese werden Sie dann bezüglich der Ernährung beraten und Ihnen ggf. eine Trinklösung mitgeben, die Sie bis zur Operation stärken soll.



ESSEN UND TRINKEN AM TAG VOR IHRER OP

Sie dürfen normale Kost zu sich nehmen und sollten mindesten 1,5 l trinken. Alkohol sollten Sie nicht mehr trinken.



Ab Mitternacht bzw. spätestens 6 Stunden vor Beginn der Operation dürfen Sie nichts mehr essen.



Sie sollten am Tag vor der Operation kalorienreiche Getränke ohne Kohlensäure (z. B. Apfelsaft oder Eistee) zu sich nehmen. Dies ist wichtig, um den Kohlenhydratspeicher des Körpers optimal aufzufüllen.



Zu diesem Zweck erhalten Sie eine spezielle kohlenhydratreiche Trinklösung, von der Sie morgens und abends je 1 Packung trinken sollen.

Bis 2 Stunden vor der Operation dürfen Sie noch klare Flüssigkeiten trinken (ausgenommen Milch, kohlenhydrathaltige und alkoholische Getränke).



2
Stunden



Bevor Sie sich auf den Weg ins Krankenhaus machen, sollten Sie die letzte Packung der kohlenhydratreichen Trinklösung zu sich nehmen.



Sollten Sie an Diabetes mellitus, Niereninsuffizienz oder anderen Begleiterkrankungen, die Ihre Ernährung betreffen, erkrankt sein, legen wir das Vorgehen individuell mit Ihnen fest.

Anschließend bitte nichts mehr trinken!



BENÖTIGE ICH ABFÜHRENDE MEDIKAMENTE?

In einigen Fällen kann es notwendig sein, dass Ihr Darm vor der Operation mit Hilfe von Abführmitteln gereinigt werden muss.

Des Weiteren bekommen Sie ein Antibiotikum, welches Sie zu folgenden Uhrzeiten einnehmen sollen: 7-14-23 Uhr



WAS MUSS ICH MIT IN DIE KLINIK BRINGEN?

- Diese Broschüre und das Patiententagebuch
- Ihre Krankenversicherungskarte
- Bademantel, Hausschuhe, festes Schuhwerk
(Freizeit- oder Sportschuhe, evtl. mit Klettverschluss)
- Komfortable, legere Kleidung, Unter- und Nachtwäsche, Zahnbürste,
Zahnpasta, Haarbürste, Rasierzeug und ggf. Ohrstöpsel
- Brille, Kontaktlinsen mit den dazugehörigen Pflegemitteln, Hörgerät
- Gehhilfen, falls benötigt
- Medikamente (möglichst in Originalverpackung)
- Kaugummi (Lieblingssorte)
- Bücher, Zeitschriften, Rätselhefte, Kopfhörer, ggf. Sitzkissen
- Strickzeug – Dinge, um sich zu beschäftigen

VOR DER ABFAHRT IN DIE KLINIK

Bitte rasieren Sie sich am Vortag im Bereich der geplanten Operation, von den Brustwarzen bis in die Leiste. Bitte rasieren Sie sich trocken.
Bitte duschen Sie sich noch zuhause.



Ziehen Sie anschließend frische Kleidung an.



Bitte tragen Sie keine Körperlotionen oder Pflegeprodukte auf Ihre Haut auf.



Bitte tragen Sie kein Makeup oder Nagellack.



Legen Sie all Ihren Körperschmuck ab und lassen Sie ihn möglichst zu Hause.



ANKUNFT IN DER KLINIK



Sie werden am Tag vor der Operation ab ca. 15:00 Uhr angerufen. Bei dem Telefonat wird Ihnen die Uhrzeit mitgeteilt, zu der Sie sich in der Klinik einfinden sollten.

Sie melden sich an der APA (Administrative Patienten Aufnahme) im Eingangsbereich von Haus M an. Hier benötigen Sie Ihre Versichertenkarte.

Beachten Sie bitte, dass diese Uhrzeit für den Beginn Ihres Klinikaufenthaltes steht und nicht für den Starttermin Ihrer Operation. Dieser wird ca. 1,5 Std. später liegen.

In der Regel werden Sie anschließend in der SDS (Same Day Surgery) Einheit im Operationsbereich aufgenommen.

Unsere Pflegekräfte werden Ihnen helfen, sich für die anstehende Operation vorzubereiten. Die Pflegekraft wird Ihnen einige allgemeine Fragen zu Ihrem Wohlbefinden stellen.

Sie werden ein Krankenhaushemd anziehen. Hörgeräte, Zahnprothesen und evtl. sonstige Prothesen werden abgelegt und in Verwahrung genommen.

Die Pflegekraft sorgt dafür, dass Ihre persönlichen Gegenstände an einem sicheren Ort verwahrt werden.

Wir werden Ihr aktuelles Gewicht feststellen und überprüfen, ob die Rasur ausreichend ist.

TRANSPORT IN DEN OPERATIONSSAAL



Ein Anästhesist aus dem zuständigen Operationsteam wird Sie am Morgen der Operation persönlich begrüßen und letzte noch offene Fragen mit Ihnen klären.

In einem speziellen Vorbereitungsraum werden dann alle Vorkehrungen für Ihre Narkose und zur lokalen bzw. regionalen Betäubung getroffen.

NACH DER OPERATION IM AUFWACHRAUM



Nach der Operation werden Sie in den Aufwachraum gebracht. Hier werden folgende Dinge durchgeführt:

- Puls, Blutdruck und Körpertemperatur werden überprüft.
- Bei Bedarf wird Ihnen Flüssigkeit als Infusion zugeführt. Unter Umständen wird eine Sauerstoffmaske auf Ihre Nase aufgelegt, um Ihnen das Atmen zu erleichtern.
- Eine Anästhesie-Pflegekraft wird regelmäßig nach Ihrem Befinden und Ihren Schmerzen fragen, um Ihnen Schmerzmittel zu verabreichen, falls Sie diese benötigen.

Wenn die Zeit im Aufwachraum unauffällig verläuft, werden Sie auf die Normalstation verlegt.

Manchmal erfolgt die Behandlung nach einer Operation auch zu Ihrer Sicherheit auf der Intensivstation.

Die Operation und die Zeit im Aufwachraum kann sich auf mehrere Stunden belaufen.

Wir empfehlen den Angehörigen, vor dem Besuch einmal anzurufen. Allerdings dürfen wir den Angehörigen nur Auskunft erteilen, wenn Sie vorher ein Kennwort hinterlegt haben.



SCHMERZBEHANDLUNG NACH DER OPERATION

Für Ihre Erholung nach der Operation ist es ausgesprochen wichtig, dass Sie möglichst schmerzfrei sind. Denn dadurch können Sie:

- Leichter atmen und tiefer Luft holen
- Sich leichter bewegen und aufstehen
- Besser schlafen
- Sich schneller erholen
- Sich besser mit Dingen beschäftigen, die wichtig für Sie sind
(z. B. Lesen, Musik hören)

Die Schmerzkontrolle nach der Operation kann prinzipiell über 2 verschiedene Wege durchgeführt werden.

Peridural-Katheter oder andere Schmerzkatheter

Peridural-Katheter oder Schmerzkatheter sind sehr feine Schläuche, die unter lokaler Betäubung oder während der OP in Ihren Rücken oder das Operationsgebiet eingelegt werden. Über eine Pumpe werden darüber ständig Schmerzmedikamente abgegeben. Durch Drücken eines Knopfes an der Pumpe wird bei Bedarf eine zusätzliche Dosis Schmerzmittel abgegeben.

Schmerzmittelgabe

Die Schmerzmittelgabe in Tabletten, als Tropfen oder als intravenöse Verabreichung wird nach Ihrem persönlichen Bedarf eingestellt.

DIE SCHMERZEN SOLLTEN EIN FÜR SIE ERTRÄGLICHES AUSMASS NICHT ÜBERSCHREITEN!

Durch die verabreichten Schmerzmittel besteht keine Gefahr einer Abhängigkeit!

Schmerzskala

Um Ihre Schmerzen optimal zu behandeln, werden Sie regelmäßig nach der Stärke Ihres Schmerzes auf einer Skala von 0 bis 10 befragt.

kein Schmerz						extremer Schmerz					
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

Das Ziel der Schmerzbehandlung ist, dass die Schmerzen durch Sie gut vertragen werden können. Die Schmerzen sollten soweit reduziert werden, damit Sie aufstehen, sich bewegen und gut Luft holen können.

Idealerweise sollten die Schmerzen einen gefühlten Wert von 3 nicht überschreiten!

Bitte informieren Sie die zuständige Pflegekraft oder die Fast-Track-Assistenz, wenn Ihre Schmerzen das erträgliche Ausmaß überschreiten!

GENÜGEND BEWEGUNG IM KRANKENHAUS

Wenn Sie nach der Operation lange im Bett liegen bleiben, kann dies ernsthafte Probleme verursachen (z. B. Lungenentzündungen, Venenthrombosen und Muskelschwäche).

Sie können deswegen schon im Bett mit einigen Übungen beginnen und diese während des ganzen Krankenhausaufenthalts fortführen.

Beinübungen

Drehen Sie Ihre Füße von rechts nach links.



Ziehen Sie Ihre Füße im Sprunggelenk an und drücken Sie die Füße danach wieder hinunter.



Strecken Sie Ihre Beine aus und ziehen Sie sie wieder an.



Wiederholen Sie diese Beinübungen so oft wie möglich, mindestens aber 4 bis 5 Mal pro Stunde!

IM PATIENTENZIMMER NACH DER OPERATION

Nach der Zeit im Aufwachraum werden Sie in Ihr Patientenzimmer auf der Intensivstation, einer Überwachungsstation oder der Normalstation verlegt. Mit Hilfe der Pflegekräfte setzen Sie sich bereits am Operationstag in einen Stuhl. Ziel ist es, am Operationstag mindestens 15 Minuten im Stuhl zu sitzen.



Sie werden am Tag der Operation bereits Flüssigkeiten, Energiedrinks und Joghurt zu sich nehmen.



Um die Darmaktivität anzuregen, kauen Sie 3 Mal täglich ein Kaugummi für etwa 15 bis 30 Minuten.



Führen Sie Ihre Beinübungen durch. Beginnen Sie mit Atem- und Hustenübungen, um einer Lungenentzündung vorzubeugen.



Mit Unterstützung der Pflegekräfte oder Physiotherapeuten machen Sie einen kleinen Spaziergang über den Flur der Station.



WAS PASSIERT AM TAG 1 NACH IHRER OP?

In aller Regel wird Ihr Urin-Katheter (wenn nicht schon am OP-Tag geschehen) in den Morgenstunden entfernt.

Danach sollten Sie für den Toiletten-gang aufstehen und das Badezimmer aufsuchen.

Es ist wichtig, dass Sie ausreichend trinken.

Unter Anleitung der Pflegekräfte und Physiotherapeuten werden Sie mindestens 2 Mal pro Tag einen kleinen Spaziergang über den Flur der Station machen. Das hilft Ihnen, Muskelschwäche und Venenthrombosen vorzubeugen.

Eigeninitiative ist hier äußerst wichtig.

Verhalten

Versuchen Sie, mindestens 4 Stunden am Tag außerhalb des Bettes zu verbringen (Lehnstuhl, Spaziergänge, Korridor, Aufenthaltsraum).

Nehmen Sie keine Mahlzeiten im Bett ein. Bitte sitzen Sie während der Mahlzeiten am Tisch!

Wiederholen Sie tagsüber Ihre Atem- und Hustenübungen mehrmals pro Stunde!

WC



Mahlzeiten

Sie dürfen Flüssigkeiten, Vollkost sowie energiereiche Trinknahrungen zu sich nehmen.

Kauen Sie 3 Mal pro Tag für 15 bis 30 Minuten Kaugummi, um Ihre Darmaktivität zu stimulieren.



3 x
15
Minuten



Trinken ist heute wichtiger als Essen!

Schmerzen

kein Schmerz

extremer Schmerz

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Melden Sie Ihrer Pflegekraft, wenn die Schmerzen ein für Sie erträgliches Ausmaß überschreiten.

Wenn Sie einen Periduralkatheter oder einen anderen Schmerzkatheter haben, wird die Dosis langsam reduziert. Die Schmerzen werden durch Tabletten und / oder Tropfen kontrolliert. Erst danach werden der Periduralkatheter oder der Schmerzkatheter entfernt.

WAS PASSIERT AM TAG 2 bis 4 NACH DER OP?

Spazieren Sie auf dem Stationsflur mindestens 3 Mal pro Tag entlang und nutzen Sie unseren „Trimm dich Pfad“ auf der Magistrale.

Wir werden Sie dazu ermuntern, jeden Tag etwas mehr spazieren zu gehen.



Verhalten

Wenn möglich, halten Sie sich den ganzen Tag außerhalb des Bettes auf, mindestens jedoch acht Stunden pro Tag.



Nehmen Sie Ihre Mahlzeiten sitzend am Tisch ein.



Für Toilettengänge, zum Waschen und zum Duschen benutzen Sie bitte das Badezimmer.

Je mehr Sie sich außerhalb des Betts aufhalten, desto besser!

Mahlzeiten

Sie erhalten weiter Vollkost. Wenn Sie nicht sicher sind, ob Ihnen das angebotene Essen bekommen wird, lassen Sie es weg!



Nehmen Sie ausreichend Flüssigkeiten zu sich! Kauen Sie auch weiterhin 3x täglich je 15 bis 30 Minuten Kaugummi.



Schmerzen

kein Schmerz

extremer Schmerz

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Melden Sie Ihrer Pflegekraft, wenn die Schmerzen ein für Sie erträgliches Ausmaß überschreiten.

Periduralkatheter oder Schmerzkatheter sollten so zügig wie möglich entfernt werden.

Aktiv sein

Versuchen Sie, Ihre körperlichen Aktivitäten weiter zu steigern, normal zu essen und so wenig Zeit wie möglich im Bett zu verbringen.



WEITERE ANGEBOTE

Sollte die Operation aufgrund einer Krebserkrankung erfolgen, erhalten Sie:

- Unterstützung bei der Krankheitsbewältigung von Psychologen, die speziell für die Begleitung von Patienten mit bösartigen Erkrankungen ausgebildet wurden
- Information und Beratung zur Rehabilitation und Ihren Rechten bezüglich Ihrer Erkrankung durch unseren Patienten Beratungsdienst
- Bei Bedarf eine ernährungstherapeutische Beratung
- Die Besprechung Ihres Falles in unserer fachübergreifenden Tumorkonferenz. Hier wird die optimale Therapie für Sie mit allen beteiligten Fachabteilungen besprochen. Die Konferenz findet ohne Ihre Anwesenheit statt. Zum Ergebnis und zur Planung des weiteren Procederes werden Sie in einem gesonderten Termin ausführlich beraten.

PLANUNG DER ENTLASSUNG AUS DEM KRANKENHAUS

Sie können das Krankenhaus verlassen, wenn 3 Ziele erreicht sind:

- Ihre Schmerzen sind unter Kontrolle.
- Sie sind ausreichend körperlich aktiv und selbständig.
- Ihr Magen-Darm-Trakt funktioniert gut (das heißt Sie können essen und trinken und Sie haben Wind- und Stuhlabgang).

VERHALTEN ZUHAUSE NACH DER ENTLASSUNG



Manchmal können Komplikationen auch mehrere Tage nach der Operation auftreten. Sehr selten geschehen diese zu Hause. Es ist jedoch wichtig, dass Sie wissen, was normal ist und wann Sie die Fast-Track-Assistenz bzw. Ihren Chirurgen oder Darm-Krebs-Assistenz anrufen müssen.

Sie haben von Ihrer Fast-Track-Assistenz die Telefonnummer und E-Mail-Adresse erhalten und können sich bei Fragen jederzeit melden.



BAUCHSCHMERZEN

Bauchschmerzen sind nichts Ungewöhnliches nach einer Bauchoperation. Sie können für eine gewisse Zeit anhalten. Bei Entlassung erhalten Sie Schmerzmittel. Nehmen Sie die verordneten Schmerzmedikamente in der verordneten Dosis so lange, bis Ihre Schmerzen nachlassen.

Falls Sie die Schmerzmedikamente nicht gut vertragen (z. B. Sodbrennen, Magenschmerzen, Durchfall), rufen Sie uns bitte an.

Wenn Ihre Bauchschmerzen unter den verordneten Schmerzmedikamenten nicht nachlassen, melden Sie sich bitte umgehend bei Ihrem Chirurgen oder der Fast-Track-Assistentin.

Bei starken und plötzlich auftretenden Bauchschmerzen suchen Sie sofort – und zwar egal, ob tagsüber oder nachts – unsere Notaufnahme auf!

Die Hautnaht

Es ist nichts Ungewöhnliches, wenn die Hautnaht nach der Operation etwas gerötet erscheint und das Berührungsempfinden im Bereich der Narbe für 1 bis 2 Wochen gestört ist.

DUSCHEN UND BADEN

Sie dürfen ab dem zweiten Tag nach der Operation duschen.

Waschen Sie den Bereich der Narbe vorsichtig mit klarem Wasser, benutzen Sie dort keine Seife und keine Bürsten.

Tupfen Sie mit einem Handtuch die Stelle trocken, bitte nicht reiben.

Baden und saunieren sollten Sie frühestens 3 Wochen nach der Operation.





WUNDKONTROLLEN

Die weiteren Wundkontrollen kann der Hausarzt durchführen.

Normalerweise benutzen wir selbstauflösende Hautnähte, bei denen keine Fadenentfernung notwendig ist. Sollte bei Ihnen ein anderes Nahtmaterial benutzt worden sein, wird dies durch Ihren Hausarzt 10 bis 12 Tage nach der Operation entfernt.

Wundinfektionen können auch nach der Entlassung aus dem Krankenhaus auftreten. Frühe Anzeichen einer Infektion sind Schmerzen, Rötung, Wärme sowie Ausfluss aus der Wunde.

**Rufen Sie uns in diesem Fall bitte an
oder suchen Sie unsere Notfallambulanz auf!**

Patienten, denen ein Stoma angelegt wurde, erhalten mit dem Entlassbrief einen Termin in der Stoma-Sprechstunde zur Kontrolle.

Für alle Termine in der Klinik / Ambulanz die 14 Tage nach Ihrem Entlasstag liegen benötigen Sie eine neue Überweisung Ihres Facharztes. Klären Sie dies ggf. vorher bitte mit der Ambulanz telefonisch ab.

MAGEN-DARM-FUNKTION

Ihr Magen-Darm-Trakt kann nach der Operation noch in seiner Funktion gestört sein. Es ist möglich, dass Sie anfänglich etwas Durchfall haben oder verstopft sind. Mit der Zeit sollten diese Symptome jedoch verschwinden.

Manche Schmerzmedikamente verursachen Verstopfung. Falls dies ein Problem wird, versuchen Sie etwas mehr Flüssigkeit zu sich zu nehmen und bewegen Sie sich ausreichend.

AKTIV SEIN ZU HAUSE

Bewegung hilft Ihrem Körper, sich rasch von der Operation zu erholen und das Herz-Kreislauf-System zu kräftigen. Sie sollten versuchen, zu Hause täglich mehrere kleine Spaziergänge zu machen.

Beginnen Sie mit kleinen Distanzen und steigern Sie Länge und Intensität vorsichtig, bis Sie Ihren normalen Aktivitätsgrad wieder erreicht haben.

Oft treten zu Hause noch einige Schwierigkeiten im Haushalt auf. Ihre Familie und Ihre Freunde können Ihnen z. B. helfen bei:

- Begleitung nach Hause
- Unterstützung bei den ersten Spaziergängen
- Kochen und Einkaufen
- Hausputz/Wäsche waschen



ARBEITEN NACH DER OPERATION

Die Entscheidung, wann Sie nach der Operation wieder arbeiten gehen können, werden Sie gemeinsam mit Ihrem Hausarzt fällen. Ihr Hausarzt wird Ihnen auch eine Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung zur Vorlage beim Arbeitgeber ausstellen. Die Dauer der Arbeitsunfähigkeit richtet sich dabei nach der Art der Operation und Ihrem Beruf.

Für die Zeit in der Klinik bekommen Sie für Ihren Arbeitgeber eine Bescheinigung.

Bitte melden Sie sich rechtzeitig bei der Pflege, sollten Sie weitere Bescheinigungen für Versicherungen benötigen.

WANN MUSS ICH MEINEN CHIRURGEN ODER MEINE FAST-TRACK-ASSISTENZ ANRUFEN?

Sie werden nach der Entlassung aus dem Klinikum nach circa 30 Tagen von unserer Fast-Track-Assistenz angerufen, um uns nach Ihrem Wohlbefinden zu erkundigen.

Wenn Sie jedoch eines der folgenden Symptome bei sich bemerken, rufen Sie uns sofort an oder suchen Sie sofort unsere Notfallambulanz auf:

- Ihre Wunde schmerzt, wird rot und ist überwärmt, möglicherweise fließt dort etwas Flüssigkeit aus. Dies können Hinweise auf eine Wundinfektion sein.
- Sie haben Fieber (mehr als 38°C).
- Sie müssen erbrechen und können nicht mehr essen und trinken.
- Sie haben trotz Einnahme von Schmerzmitteln zunehmend Schmerzen.



Kontaktdaten

Fast-Track-Assistenz

Telefon: 0721 974-60210

E-Mail: Fast-Track-ACH@klinikum-karlsruhe.de

Erreichbarkeit

Montag bis Freitag von 9:30 bis 13:00 Uhr

Inhaltlich verantwortlich

Prof. Dr. med. Jochen Gaedcke

Direktor der Klinik für Allgemein- und Visceralchirurgie

Dr. med. Frieder Pullig

Leiter des Fast-Track-Programms

Dr. med. Jörg Baral

Sektionsleiter kolorektale Chirurgie

Impressum

© Städtisches Klinikum Karlsruhe gGmbH

Moltkestraße 90, 76133 Karlsruhe

www.klinikum-karlsruhe.de

Telefon: 0721 974-0

Gestaltung: Grafik-Form-Design, Vervielfältigung nicht erlaubt.

Bildnachweise: Städtisches Klinikum Karlsruhe, Markus Kümmerle,

© www.grafik-form-design.de, © www.ccvision.de, www.AdobeStock.de:

© regine schöttl, north100, Sue, Arcady, eyewave, SimonP, alimmus, mahey, by-studio, WavebreakmediaMicro