



**Universitätsklinikum
Leipzig**

Medizin ist unsere Berufung.



KLINIK UND POLIKLINIK FÜR VISZERAL-,
TRANSPLANTATIONS-, THORAX- UND GEFÄßCHIRURGIE

„Gemeinsam in eine selbstbestimmte Zukunft.“
Wir begleiten Sie auf Ihrem Weg
rund um die Operation!

Informationen nach der Entlassung

INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort	3
1. Nach der Entlassung	4
1.1 Tipps für Zu Hause	4
1.2 Mögliche Symptome oder Auffälligkeiten	5
1.3 Hausmittel bei Beschwerden	7
2. Anschlussheilbehandlung	10
3. Nachkontrollen	11
4. Kontaktdaten	12
Notizen	13

LIEBE PATIENTIN, LIEBER PATIENT,

vor kurzem wurden Sie im Universitätsklinikum Leipzig operiert, inzwischen entlassen und zu Hause angekommen.

Diese Broschüre soll Sie unterstützen und Ihnen ein paar kleine Tipps für zu Hause im Umgang mit alltäglichen Situationen nach einer Operation geben.

Lesen Sie das Informationsmaterial sorgfältig durch und zögern Sie bitte nicht, weitere Fragen oder Bedenken in einem persönlichen oder telefonischen Gespräch mit unseren Chirurg:Innen und Pflegefachkräften in der Ambulanz zu äußern.

Wir wünschen Ihnen weiterhin eine gute und baldige Genesung!!

Ihr Team der
Klinik und Poliklinik für Viszeral-,
Transplantations-, Thorax-, und Gefäßchirurgie

1. NACH DER ENTLASSUNG

1.1 TIPPS FÜR ZUHAUSE

Körperliche Aktivität:

Körperliche Bewegung hilft Ihnen das Herz-Kreislaufsystem zu stärken und sich somit schneller von der Operation zu erholen.

Versuchen Sie mehrmals täglich kleine Spaziergänge durchzuführen. Starten Sie bitte mit kleinen Etappen und steigern Sie diese nur langsam bis Sie Ihr vorheriges Leistungsniveau erreicht haben. Lassen Sie sich Zeit und setzen Sie sich nicht unter Druck.

Bitte lassen Sie sich von Ihrer Familie oder Freunden helfen. Unterstützung zum Beispiel beim Kochen, Einkaufen, Wäsche waschen oder auch zur Begleitung beim Spazieren gehen wird Ihnen helfen. Bitte heben oder tragen Sie nicht mehr als 5 Kilogramm.

Duschen und Baden:

Waschen Sie den Bereich der Operationswunde vorsichtig mit klarem Wasser, ohne Seifen oder Duschgels.

Benutzen Sie an dieser Stelle keine Bürsten.

Duschen dürfen Sie ca. drei Tage nach der Operation in Rücksprache mit dem:der Stationsarzt:Stationsärztin. Baden sollten Sie frühestens zwei Wochen nach der Operation, wenn das Nahmaterial entfernt wurde und die Wunde verheilt ist.

Wiederaufnahme der Arbeit:

Je nach Diagnose, Art der Operation und Ihrem Beruf wird Ihr:Ihre Hausarzt:Hausärztin oder unsere Sprechstunde mit Ihnen gemeinsam entscheiden, wann ein Wiedereinstieg in das Arbeitsleben sinnvoll möglich ist.

1.2 MÖGLICHE SYMPTOME ODER AUFFÄLLIGKEITEN

Bauchschmerzen:

Nach einer Bauchoperation sind Bauchschmerzen nichts Ungewöhnliches und können eine gewisse Zeit anhalten.

Nehmen Sie die verordneten Schmerzmittel in der Dosierung ein, die Ihnen im Entlassungsbrief verschrieben worden ist. Sie können und sollten die Schmerzmittel reduzieren, wenn Ihre Schmerzen nachlassen.

Sollten die Bauchschmerzen jedoch nicht nachlassen oder stärker werden, melden Sie sich bitte sofort bei Ihrem/Ihrer Hausarzt/Hausärztin oder in unserer Ambulanz.

Ebenso falls Sie die Schmerzmedikamente unerwartet nicht vertragen sollten (Durchfall, Magenschmerzen, Sodbrennen, etc.).

Magen-Darm-Funktion:

Durch Ihre Operation kann die Funktion Ihres Magen-Darm-Traktes noch etwas gestört sein. Achten Sie daher darauf, dass Ihr Stuhlgang nicht zu flüssig aber auch nicht zu fest ist. Mit der Zeit sollten diese Symptome aber weniger werden und die Verdauung sich wieder einpegeln.

Nach der Entlassung aus dem Krankenhaus dürfen Sie grundsätzlich alles wieder essen.

Testen Sie aus, was Sie gut vertragen und erweitern Sie schrittweise Ihre Lebensmittelvielfalt.

Achten Sie beim Essen darauf, dass Sie die Nahrung stets gut kauen, langsam essen und ausreichend Flüssigkeit zu führen. Versuchen Sie über den Tag verteilt mehrere, kleine Portionen einzunehmen.

Falls Sie anhaltenden (länger als 2 Tage) Durchfall, Verstopfung, Erbrechen oder Übelkeit verspüren, melden Sie sich bitte bei Ihrem/Ihrer Hausarzt: Hausärztin oder in unserer Sprechstunde.

Wundkontrollen:

Die Wundkontrollen werden in der Regel durch den:die Hausarzt: Hausärztin oder durch die Reha-Einrichtung durchgeführt.

Nach 12-14 Tagen wird das Nahmaterial oder die Hautklammern durch Ihren:Ihre Hausarzt: Hausärztin, die Reha Einrichtung oder in unserer Ambulanz entfernt.

Nach der Operation ist die Hautnaht in der Regel meist noch leicht gerötet und die Sensibilität im Bereich der Narbe vermindert oder gestört. Dies sollte Sie nicht beunruhigen.

Wundinfektionen können auch nach der Entlassung noch auftreten. Frühe Anzeichen für eine mögliche Wundinfektion können Schmerzen, starke Rötung, Wärme und auch Flüssigkeitsaustritt aus der Wunde sein. Falls Sie dies feststellen, melden Sie sich sofort in unserer Ambulanz.

Wann sollten Sie uns unbedingt kontaktieren?

- Bei Fieber (mehr als 38,3 °C)
- Bei zunehmenden Schmerzen trotz Medikation
- Bei Erbrechen, wenn Sie nicht mehr genügend Essen und Trinken können
- Wenn Ihre Wunde schmerzt, geschwollen, rot und überhitzt ist oder Flüssigkeit austritt

1.3 HAUSMITTEL BEI BESCHWERDEN

Durchfall:

- viel trinken, Kohlensäurearm (Wasser, Brühe, Tee)
- roh geriebener Apfel, Bananen, gekochte Karotten/Kartoffeln/Reis, Hafer-schleim
- laktosefreie Milchprodukte bei Unverträglichkeiten
- bei längerer Dauer unbedingt einen Arzt aufsuchen

Verstopfung:

- reichlich trinken, Kohlensäurearm (Wasser, brühe, Tee)
- mehrere kleine Mahlzeiten zu sich nehmen
- gesäuerte Milchprodukte (Joghurt, Kefir, Buttermilch)
- rohes Obst/Gemüse, Trockenpflaumen, kalte Getränke, Eis essen
- viel körperliche Bewegung

Blähungen:

- langsam und in Ruhe essen
- Nahrung gut durchkauen
- blähende Lebensmittel (Zwiebel, Lauch, Bohnen) meiden
- rohes Gemüse meiden, besser gedünstetes
- Vorsicht bei zuckerfreien Bonbons, Kaugummis, Getränken mit Zuckeraustausch-stoffe

Appetitmangel:

- mehrere kleine Mahlzeiten täglich
- essen Sie, wenn der Appetit am Größten ist, richten Sie die Mahlzeiten appetitlich an
- wenig zum Essen trinken (Völlegefühl)
- lenken Sie sich beim Essen ab (Unterhaltung, TV, Lesen)
- gut Lüften, Kochgerüche verringern
- benutzen Sie appetitanregende Gewürze (Anis, Basilikum, Fenchel, Pfefferminz, Ingwer)
- Bewegung an der frischen Luft kann appetitanregend sein

Rasches Völlegefühl:

- kleine Mengen über den Tag verteilt trinken
- kleine Snacks essen, alle 1-2 Stunden
- kalorienreich essen (Soßen / Suppen mit Sauerrahm, Creme fraiche anreichern)

Übelkeit:

- meiden von sehr süßen, fettigen oder salzigen Gerichten, besser mildgewürzte Speisen
- leichte Speisen essen
- geruchsarme Zubereitung von Speisen (dämpfen)
- gut lüften
- kalte oder lauwarme Speisen sind bekömmlicher
- trockene Lebensmittel (Zwieback, Knäckebrötchen)
- in Ruhe und langsam essen
- Pfefferminztee trinken, ggf. Zähne putzen
- Oberkörper hochlagern nach dem Essen



2. ANSCHLUSSHEILBEHANDLUNG/ ANSCHLUSSREHABILITATION

Die Anschlussheilbehandlung (AHB) bzw. Anschlussrehabilitation (AR) ist eine medizinische Rehabilitationsmaßnahme, welche in der Regel im Anschluss an einen Krankenhausaufenthalt nach einer Operation stattfindet. Wenn eine Indikation besteht, wird der Kliniksozialdienst von den behandelnden Ärzt:Innen involviert. Dieser wird Sie zur geplanten Maßnahme beraten und die jeweilige Rehabilitationsform mit Ihnen beantragen.

Sie erhalten in der Regel eine Einladung (postalisch) der Reha-Einrichtung zu Ihrem geplanten Aufnahmetermin oder haben diesen bereits durch unseren Sozialdienst während Ihres Klinik Aufenthaltes erfahren.

Detaillierte Informationsmaterialien zu den jeweiligen Reha-Einrichtungen erhalten Sie gesondert über die jeweilige Reha-Einrichtung.

Einen ausführlichen Arztbrief über Ihre Operation und deren Verlauf erhält die Einrichtung über uns oder auch über Sie (diesen haben sie bei Entlassung erhalten) direkt bei Aufnahme in die Reha-Klinik.

Nutzen Sie die Zeit der Anschlussheilbehandlung für sich und probieren Sie unterschiedliche Therapien und Übungen aus.

Die Behandlung in der Reha Klinik wird anstrengend für Sie sein, aber es wird Ihnen helfen, sich wieder an Ihren Alltag anpassen und bestmöglich daran teilhaben zu können.

Kontakt Kliniksozialdienst

Kontaktdaten auf der jeweiligen Station erfragen

3. NACHKONTROLLEN

Sie erhalten mit Ihrem Arztbrief eine Auskunft über Ihre Operation und deren Verlauf für den weiterbehandelnden Hausarzt und ggf. die Reha Einrichtung. In diesem Zusammenhang wird ein Termin für die ambulante Nachsorge oder Besprechung in unserer Ambulanz beigefügt, wenn Sie diesen benötigen.

Der weitere Verlauf über die ambulante Nachbetreuung ist sehr individuell und wird mit Ihnen dann persönlich zum Termin besprochen. In der Regel übernimmt dann der behandelnde Hausarzt Sie zurück in seine Fürsorge.

Sie können sich allerdings bei Fragen oder Besorgnissen immer an unsere Ambulanz (0341 9717004) wenden.

4. KONTAKTDATEN

Klinik und Poliklinik für Viszeral-, Transplantations-, Thorax- und Gefäßchirurgie,

Prof. Dr. med. Daniel Seehofer

Liebigstraße 20, Haus 4

04103 Leipzig

Telefon: 0341 9717200

Fax: 0341 9717209

E-Mail: chi2@medizin.uni-leipzig.de

Gerontochirurgisches Therapiekonzept

PD Dr. med. Hans-Michael Tautenhahn

Geri Nurse: Melinda Adam

Telefon: 0341 9719920

E-Mail: Gerontochirurgie@medizin.uni-leipzig.de

Spechzeiten: Mo – Fr 08:00-10:00 Uhr

13:00-15:00 Uhr

Zentrales Patientenmanagement

Raum-Nr.: A 0180

Telefon: 0341 9717255

Fax: 03419717269

E-Mail: zpmchi2@medizin.uni-leipzig.de

NOTIZEN

A series of 20 horizontal grey bars, stacked vertically, intended for taking notes. Each bar is a solid, light grey rectangle of uniform width and height, spanning most of the page width.



IMPRESSUM

Herausgeber:

Universitätsklinikum Leipzig
Klinik und Poliklinik für Viszeral-,
Transplantations-, Thorax- und
Gefäßchirurgie
Liebigstraße 20, Haus 4
04103 Leipzig
E-Mail:
Gerontochirurgie@medizin.uni-leipzig.de

Druck:

Eigendruck

Layout:

MERKUR
Druck- und Kopierzentrum
GmbH & Co. KG

Stand:

März 2023



**Universitätsklinikum
Leipzig**

Medizin ist unsere Berufung.

www.uniklinikum-leipzig.de

