

Krankenhaus Martha–Maria Nürnberg

Chirurgische Klinik

Chefarzt Professor Dr. med Stephan Coerper



MARTHA
MARIA

Unternehmen
Menschlichkeit



Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

Sie sind am Wurmfortsatz / „Blinddarm“ operiert worden. Zum besseren Verständnis der damit verbundenen Nachsorgemaßnahmen wollen wir Ihnen nachfolgend einige Informationen geben. Je nach durchgeführter Operationsmethode (offen oder laparoskopisch) können Sie zu einem guten Heilerfolg wesentlich beitragen, indem Sie folgende Regeln beachten. Für weitere Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

1. Faden-/Klammerzug und Dusche:

Das Nahtmaterial beziehungsweise die Klammern werden am 10. Tag nach der Operation gezogen, dies kann durch den Hausarzt erfolgen. Ab dem 5. Tag nach der Operation darf die Wunde beim Duschen nass werden (ohne Pflaster duschen!). Im Prinzip benötigt die Operationswunde ab dann keinen Pflasterschutz mehr. Im Allgemeinen darf nach der Entfernung des Nahtmaterials beim Waschen jede Seife / jedes Duschgel verwendet werden. Baden (Schwimmbad/Badewanne) sollte noch für 2 Wochen nach dem Faden- / Klammerzug vermieden werden. Blutkrusten lösen sich mit dem Wasser, sie sollten nicht manuell abgelöst werden. Starke Sonneneinstrahlung sowie Solarium sollten im ersten halben Jahr nach der Operation vermieden werden, um einer überschießenden Narbenbildung beziehungsweise einer verstärkten Pigmentierung entgegenzuwirken.

2. Stuhlgang:

In den ersten Wochen kommt es in manchen Fällen zu Stuhlnormmäßigkeiten. Um starkes Pressen zu vermeiden, kann hier gegebenenfalls ein mildes Abführmittel eingenommen werden (zum Beispiel Bifiteral).

3. Wundschmerz:

Grundsätzlich ist der Wundschmerz bei jeder Patientin / jedem Patienten in Abhängigkeit von der Operationsmethode (siehe oben) in Intensität und Dauer unterschiedlich. Er sollte allerdings zirka 3 Wochen nach der Operation abgeklungen sein. Bei längerer Dauer suchen Sie bitte Ihre Hausärztin / Ihren Hausarzt auf. Bei Rötung / Schwellung im Wundbereich und verstärkten Schmerzen sollte die Hausärztin / der Hausarzt sofort aufgesucht werden.

4. Körperliche Belastung/Sport:

Um eine feste Narbe zu erhalten, sollte bei der offenen Operationsmethode in den ersten 3 bis 4 Wochen, bei der laparoskopischen Methode in den ersten 2 Wochen auf das Heben und Tragen von schweren Lasten über 10 Kilogramm verzichtet werden. Prinzipiell kann nach der Krankenhausentlassung Auto gefahren werden, Sie sollten jedoch bedenken, dass vor allem nach einer offenen Operation zum Beispiel bei scharfem Bremsen noch Schmerzen auftreten können und dadurch mit einer Reaktionsverzögerung zu rechnen ist. Je nach beruflicher Tätigkeit sind Sie nach der Entlassung noch einige Zeit arbeitsunfähig. Die Dauer der Arbeitsunfähigkeit legt Ihre nachbehandelnde Ärztin / Ihr nachbehandelnder Arzt beziehungsweise Ihre Hausärztin / Ihr Hausarzt fest. Unterschiedliche Sportarten belasten die Rumpfmuskulatur unterschiedlich stark, wir empfehlen folgende Richtlinien:

Offene Operation:

Ab der 3. Woche: leichte Sportarten (Schwimmen, Wandern und so weiter)

Ab der 4. Woche: mittelschwere Sportarten (Fahrradfahren, Joggen)

Ab der 6. Woche: alle Ballspiele und jeglicher Leistungssport

Laparoskopische Operation:

Ab der 2. Woche: leichte Sportarten (Schwimmen, Wandern und so weiter) und mittelschwere Sportarten (Fahrradfahren, Joggen)

Ab der 4. Woche: alle Ballspiele und jeglicher Leistungssport

Bei weiteren Fragen stehen wir Ihnen gern zur Verfügung

Telefon: (0911) 959-1201, E-Mail: chirurgie.nuernberg@martha-maria.de