

## Verhalten nach operativen Eingriffen

Liebe Patientin, lieber Patient,

nach einem chirurgischen Eingriff sollten Sie folgende Regeln beachten, um die Heilung zu unterstützen.

**Fahren** Sie in den nächsten Stunden möglichst nicht selbst mit dem Auto. Nutzen Sie die öffentlichen Verkehrsmittel oder lassen Sie sich abholen.

**Essen** Sie erst dann etwas, wenn die Betäubung vollständig abgeklungen ist. Sie könnten sich sonst verletzen (beißen). Essen Sie vor dem Eingriff. Sie müssen nicht nüchtern kommen.

Eine Medikamenteneinnahme auf leeren Magen kann zu Übelkeit und Erbrechen führen. Die Nahrungsaufnahme beruhigt normalerweise den Magen und stellt die Wirkung der Schmerzmittel sicher. Warten Sie mit der Tabletteneinnahme also, bis Sie wieder essen können.

**Rauchen + Alkohol und Genussmittel** enthalten Reizstoffe, die die Wundheilung erheblich verschlechtern. Verzichten Sie für 3 Tage neben dem Rauchen auch auf Alkohol, Kaffee und koffeinhaltigen Schwarztee.

**Die Zahnpflege** sollten Sie wie gewohnt durchführen, nicht jedoch im Bereich der Wunde für die ersten 3 Tagen. Auch intensives Spülen (mit Kamille oder anderen Mundspüllösungen) kann zu Wundheilungsstörungen führen und sollte nur vorsichtig durchgeführt werden.

**Schlafen** Sie in den ersten Tagen, vor allem wenn leichte Nachblutungen auftreten, mit etwas hochgelagertem Kopf. Legen Sie gegebenenfalls ein Handtuch auf das Kopfkissen.

**Tupfer** halten Sie bitte durch Aufbeißen fest und entfernen diese erst nach 30 Minuten.

**Sport** und alle anderen körperlichen Anstrengungen sollten Sie in den nächsten zwei Wochen vermeiden.

**Kühlung** kann Schwellungen verhindern oder wenigstens vermindern. Benutzen Sie hierfür nasskalte Waschlappen (öfter austauschen), ein Kühlkissen oder zerstoßene Eiswürfel (in einem Plastikbeutel). Kühlkissen und Eiswürfel wickeln Sie bitte mit Stoff ein, damit Sie von der Kälte keine Frostschäden bekommen. Meiden Sie die Sonne und Solarium, sowie Sauna für die ersten 7 Tage.

**Schmerzen** in den ersten Tagen sind normal. Nehmen Sie bei Bedarf ein Schmerzmittel ein. Die beste Schmerzfreiheit erreichen Sie, wenn Sie das Schmerzmittel bereits einnehmen solange die Betäubung noch nicht ganz nachgelassen hat. Anschließend sollten Sie je nach Bedarf alle 6 Stunden eine weitere Schmerztablette einnehmen. Treten nach 3 Tagen gleichbleibende Schmerzen auf, sollten Sie uns bitte nochmal aufsuchen.

**Nachblutungen** sind meist harmlos und leicht zu stoppen: legen sie eine Mullkomresse oder ein sauberes Stofftaschentuch auf die Wunde und beißen für 1-2 Stunden fest drauf. Wenn die Wunde dann noch blutet, sollten Sie uns bitte nochmal aufsuchen.

Bei weiteren Fragen rufen Sie uns gerne an unter der 07732 52299.

Ihr Dr. Paul Muck und Team