NACH DER OPERATION – ZU HAUSE

WISSENSWERTES FÜR PATIENTINNEN UND PATIENTEN

Venenklinik Bellevue
Ihre Spezialklinik am Bodensee

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient

Für die Zeit nach der Operation ist es für einen optimalen Heilungsverlauf wichtig, dass Sie die nachfolgenden Empfehlungen und Verhaltensweisen beherzigen.

IHRE ERSTE ZEIT ZU HAUSE

Rechnen Sie damit, dass Sie in den ersten Tagen nach der Operation unter Umständen noch etwas Schonung brauchen bzw. Ihre Selbstständigkeit eingeschränkt sein kann. Bitte beachten Sie, dass Sie bis zum ersten Verbandwechsel nicht in der Lage sind, selber ein Fahrzeug zu lenken.

Die Schmerzen werden täglich abnehmen. Ein Ziehen im Bereich des Operationsgebietes (je nach Eingriff) ist normal und Ausdruck des Heilungsprozesses; Sie erhalten dazu noch separate Informationen.

VERBANDWECHSEL/KOMPRESSIONSSTRUMPF

Bis zum ersten Verbandwechsel

Dieser findet zwischen dem 2. und 5. postoperativen Tag in unserer Klinik statt. Bis zu diesem Zeitpunkt bleibt der Verband, den Sie im Operationssaal erhalten werden, bestehen. Der Verband ist mit einer Klebeschicht versehen, um das Abrutschen zu verhindern. Mit diesem Verband wird die Bewegungsfreiheit im Knie etwas eingeschränkt sein.

Die Entfernung des ersten Verbandes bringt Ihnen Erleichterung! In der Regel kann dann der für Sie bestellte medizinische Kompressionsstrumpf angezogen werden. Ausnahmsweise und in seltenen Fällen kann ein zweiter Verband notwendig sein. Zum Schutze der frischen Narben werden die kleinen Schnitte mit Wundschnellverbänden versorgt, während die grösseren Operationsschnitte mit einer sterilen, durchsichtigen Folie bedeckt werden.

Umgang mit dem Kompressionsstrumpf

Wir empfehlen, den Strumpf während der ersten Nacht nicht auszuziehen. Anschliessend tragen Sie den Strumpf nur noch tagsüber. In der Nacht dürfen Sie den Strumpf ausziehen und idealerweise auswaschen, sodass er am nächsten Tag wieder sauber und einsatzbereit ist. Wir machen Sie darauf aufmerksam, dass Ihnen die Krankenkasse in der Regel 2 Paar medizinische Kompressionsstrümpfe pro 12 Monate vergütet.

Die zahlreichen kleinen stichartigen Schnittchen am Bein müssen Sie nach Wegfall der Wundschnellverbände nicht mehr schützen. Die Folienpflaster in der Leiste/Kniekehle sollten 3 bis 4 Tage belassen werden. Danach sollten die Nähte mit Schnellverband versorgt werden. Falls sich die Folie vorher ablöst – oder bei Bedarf nach 2 bis 3 Tagen – können Sie die Narbe mit einem Schnellverband abdecken. Da der Strumpf die Haut austrocknen kann, bedarf die Haut einmal täglich, am besten vor dem Zubettgehen, einer guten Pflege mit einer handelsüblichen feuchtigkeitsspendenden und rückfettenden Pflegelotion. Deshalb ist es sinnvoll, das Duschen auf den Abend zu verlegen und danach die Pflege aufzutragen; den Kompressionsstrumpf sollten Sie nicht über die frisch gecremte Haut anziehen.

KONTROLLE

Abschlusskontrolle

Nach 6 bis 8 Wochen führen wir eine Abschlusskontrolle bei uns durch. Haben Sie Geduld mit Verhärtungen unter der Haut und Verfärbungen der Narben! Die Erneuerungsprozesse in und unter der Haut dauern sehr lange und sind 2 Monate nach der Operation noch lange nicht abgeschlossen! Sanfte Massage mit einer Hautsalbe oder Narbencreme kann die Erneuerungsprozesse etwas beschleunigen. Sollten sich bei der Abschlusskontrolle noch medizinisch oder kosmetisch störende Krampfadern zeigen, beraten wir Sie gerne über mögliche weitere Schritte. Auch da lohnt es sich, Geduld zu haben! Oftmals verschwinden noch vorhandene Krampfadern im weiteren Verlauf spontan.

ZU BEACHTEN

Bewegung

Bewegung ist auch in den ersten Tagen nach der Operation wichtig. Verlassen Sie sich auf Ihr Körpergefühl! Dosiertes, aber strammes Gehen im Wechsel mit Ruhezeiten regt die Durchblutung an und wirkt dem Entstehen von Thrombosen, Schwellungen und Blutergüssen entgegen. In Ruhephasen ist es sinnvoll, sich hinzulegen, um die Beine zu entspannen.

Nach der Fadenentfernung wird Ihnen Ihre Hausärztin/Ihr Hausarzt grünes Licht für sportliche Aktivitäten geben können. Besonders geeignet sind Ausdauersportarten wie Walking, Joggen und Radfahren. Sie sollten aber während der ersten 3 bis 6 Wochen nach der Operation konsequent, d. h. auch während des Sporttreibens, den Kompressionsstrumpf tragen. Auf Krafttraining sollte in den ersten 6 Wochen verzichtet werden.

Langes Stehen, Flug- und Busreisen

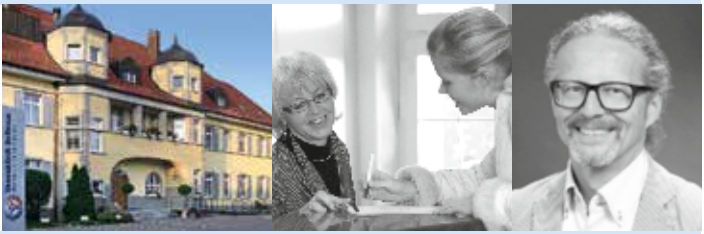
Wenn Sie Aktivitäten vorhaben, die ein langes Stehen erfordern, oder eine längere Flug- oder Busreise planen, empfehlen wir Ihnen, den Kompressionsstrumpf in dieser Zeit zu tragen. Zusammen mit genügend Flüssigkeitszufuhr und periodischer Bewegung sind Sie vor Thrombosen und Schwellungen ausreichend geschützt.

Sonnenbaden

Sonnenbaden ist grundsätzlich ungesund. Vermeiden Sie während des ersten Jahres eine Sonnenexposition der jungen Narben oder tragen Sie einen Sonnenschutz mit hohem Schutzfaktor auf – oder noch besser: Decken Sie die Narbe ab. Nur so kann die Vernarbung, welche bis zu 12 Monate Zeit in Anspruch nimmt, ungestört ablaufen! Zusätzlich vermeiden Sie eine mögliche dauerhafte Braunverfärbung der Narbe.

Sauna

Während der ersten 6 bis 8 Wochen nach der Operation sollten Sie auf Saunagänge verzichten. Danach ist es eine Frage des Masses. Gelegentlichen Saunagängen steht nichts im Wege. Achten Sie darauf, die Beine in der Sauna hochzulagern.



Venenklinik Bellevue
Brückenstrasse 9
CH-8280 Kreuzlingen
Tel. +41 (0)71 678 22 66
info@venenklinik.ch
www.venenklinik.ch
/VenenklinikBellevue