



Praxisklinik

Dr. med. René Föste

Plastische & Ästhetische Chirurgie

Tipps für Ihr Verhalten vor/nach einem chirurgischen Eingriff

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

Ihre Operation ist für den _____ geplant.

Bei operativen Eingriffen sollten Sie einige Verhaltensregeln beachten, um den Heilungsprozess zu unterstützen und eventuelle Komplikationen zu vermeiden.

Vor dem Eingriff:

- Wenn Sie regelmäßig ASS oder andere blutverdünnende Mittel wie Aspirin®, Marcumar® oder Plavix® einnehmen müssen, etwa aufgrund von Herzerkrankungen, halten Sie mit uns und Ihrem Hausarzt Rücksprache. Ggf. müssen diese zeitweise gegen andere Medikamente ausgetauscht werden. Setzen Sie Ihre Medikamente aber auf keinen Fall selbstständig ab! Viele „Kopfschmerztabletten“ enthalten Acetylsalicylsäure (den Wirkstoff von Aspirin®). Nehmen Sie bitte eine Woche vor der Operation keine Schmerzmedikamente, die Acetylsalicylsäure enthalten, ein.
- Wir teilen Ihnen mit, ob Sie bei der Operation nüchtern sein müssen. Nüchtern bedeutet, dass Sie sechs Stunden vor dem Eingriff nichts mehr essen dürfen – bis zu zwei Stunden vor der OP dürfen Sie kleine Mengen trinken. Auch wenn Sie nicht nüchtern kommen müssen, vermeiden Sie bitte trotzdem reichhaltige Speisen und Getränke.
- Bitte tragen Sie bequeme Kleidung. Nach einer Operation an der Hand/am Arm oder am Fuß/am Bein wird in der Regel ein Schienenverband angelegt, sodass sich das Tragen weiter Oberbekleidung bzw. weiter Hosen empfiehlt.

Nach dem Eingriff:

- **Heimweg:** Durch die örtliche Betäubung und besonders nach einer Vollnarkose kann es zur Verminderung des Reaktionsvermögens kommen. Ihre Fahrtüchtigkeit und die Fähigkeit, Maschinen zu bedienen, sind herabgesetzt! Lassen Sie sich nach dem Eingriff von jemandem abholen. Auf Wunsch rufen wir Ihnen auch gerne ein Taxi.
- **Aufsicht:** Nach einem Eingriff in Vollnarkose sollten Sie nicht unbeaufsichtigt sein. Bitte sorgen Sie dafür, dass eine vertraute Person bis zum nächsten Tag und vor allem in der Nacht bei Ihnen ist.
- **Alkohol & Rauchen:** Trinken Sie keinen Alkohol und rauchen Sie nicht. Dies könnte den Heilungsprozess beeinträchtigen.
- **Ruhepausen einhalten:** In der ersten Woche nach dem Eingriff sollte Sie sich ausruhen, die operierten Bereiche nicht bewegen, belasten bzw. anstrengen. Operierte Hände sollten Sie bitte nicht „hängen“ lassen.
- **Hoch lagern:** Lagern Sie das behandelte Körperteil, sofern möglich, etwas hoch (z. B. im Bett auf einem Kissen), ggf. können Sie auch ein Kühlkissen auflegen.
- **Schmerzen:** Nach einem chirurgischen Eingriff sind leichte Schmerzen möglich. Sie sollten spätestens innerhalb von ein bis drei Tagen abklingen. Unterstützend können Sie schmerzlindernde Medikamente einnehmen, die wir bzw. Ihr Apotheker Ihnen empfiehlt. Vermeiden Sie Schmerzmittel mit blutverdünnenden Wirkstoffen, wie Acetylsalicylsäure (ASS), enthalten z. B. in Aspirin®. Sie können zu Nachblutungen führen bzw. diese verstärken. Sollten wider Erwarten nach ein bis drei Tagen stärkere Schmerzen auftreten, suchen Sie bitte umgehend unsere Praxis oder den ärztlichen Notdienst auf (Rufnummer 19419, unabhängig von der Vorwahl). Dies kann auf eine Infektion hindeuten, die behandelt werden muss. Solche Komplikationen sind allerdings erfahrungsgemäß sehr selten!



Praxisklinik

Dr. med. René Föste

Plastische & Ästhetische Chirurgie

Tipps für eine ungestörte Wundheilung, Bewegungsübungen:

- **Zweite Woche nach dem Eingriff/nach Entfernung der Fäden:** Die Wunde ist in der Regel noch nicht belastungsstabil. Beispielsweise nach Handoperationen können Sie aber jetzt wieder Bewegungsübungen aller Fingergelenke und des Handgelenkes durchführen. Die Schmerzgrenze sollte dabei nicht erreicht werden. Wenn die Finger nicht zur Faust gebeugt werden können, sollten in dieser Zeit noch keine Bewegungsübungen bzw. Physiotherapie/Krankengymnastik erfolgen.
- **Zweite bis vierte Woche nach dem Eingriff:** Mit steigender Belastung und der täglichen normalen Aktivität kehrt in der Regel die volle Beweglichkeit zurück. Bei Einschränkungen der Beweglichkeit, **die über die sechste Woche hinausgehen**, vereinbaren Sie bitte einen Kontrolltermin.
- **Drei Monate nach der Operation:** Es erfolgt eine Abschlussuntersuchung in der das Ergebnis beurteilt wird. Evtl. noch bestehende Beschwerden können dann besprochen werden.

Narbenbildung

Der Prozess der Narbenbildung dauert etwa sechs bis zwölf Monate. Oftmals kommt es ab der vierten bis sechsten Woche nach dem Eingriff zu einer vermehrten innerlichen Narbenbildung, die sich in einer manchmal auch schmerzempfindlichen Verhärtung und ggf. Rötung des Operationsbereiches zeigt. Dieser Prozess ist normal und zeigt, dass die Wundränder wieder „fest verheilt“ sind und nicht mehr auseinanderweichen können.

Leider bildet das Bindegewebe in einigen Fällen zu viel Narbengewebe, das meist aufgrund der Verhärtung als unangenehm und störend empfunden wird. Im weiteren Verlauf kommt es nach drei bis sechs Monaten zu einer Rückbildung dieser Verhärtungen – das Gewebe wird in aller Regel wieder weich wie in den nicht-operierten Bereichen.

Hypertrophe Narben, Wucherungen, Keloide

Um einer ungünstigen Narbenentwicklung vorzubeugen, können „Narbensalben“ angewendet werden. Bisher ist jedoch kein wissenschaftlicher Nachweis erfolgt, ob und in welcher Weise die enthaltenen Substanzen wirklich eine Narbenwucherung verhindern können. Dennoch sollten gewisse Maßnahmen ergriffen werden: Während der gesamten Zeit sollte die Narbe immer feucht gehalten werden. Dafür sind spezielle Fettcremes, Kokosnussbutter oder ähnliches zu verwenden. Es geht darum, ein weiches, feuchtes Narbenmilieu zu erhalten.

Leider heilen Narben nicht bei jedem Menschen gleich gut ab – die Narbenbildung ist genetisch bedingt und damit individuell unterschiedlich. Bei schlechter Narbenbildung sollten Behandlungen zur Narbenoptimierung besonders intensiv durchgeführt werden, um ein bestmögliches Ergebnis zu erzielen. Wir beraten Sie gern dazu.

Bitte rufen Sie uns an oder kommen Sie in unsere Praxis, falls Sie Fragen haben, Probleme auftreten oder Sie etwas verunsichert. In dringenden Fällen außerhalb unserer Sprechzeiten wenden Sie sich bitte an den ärztlichen Notdienst.

Wir wünschen Ihnen gute Besserung!

Ihr Praxisteam