

ALLGEMEINES NACH DER OPERATION

Arbeitsfähigkeit

Je nach Beruf sind die Patienten ein bis zwei Wochen nach der OP arbeitsunfähig. Die genaue Dauer legt bei der Nachbehandlung der Arzt beziehungsweise der Hausarzt fest.

Autofahren

Je nach Schmerzsituation und -empfinden ist das Autofahren nach fünf bis zehn Tagen möglich. Sie sollten schmerzfrei sein, um in allen Verkehrssituationen adäquat und schnell reagieren zu können.

Hautfäden

Die Hautfäden befinden sich unter der Haut und müssen im Normalfall nicht gezogen werden.

Körperpflege

Duschen ist ab dem zweiten Tag nach der Operation möglich. Es können alle Dusch- und Badezusätze verwendet werden.

Schmerzen

Der Wundschmerz ist bei jedem Patienten in Intensität und Dauer unterschiedlich, sollte aber spätestens drei Wochen nach der OP abgeklungen sein. Sollte das nicht der Fall sein, wenden Sie sich bitte an uns oder Ihren Hausarzt.

Sex

Verzichten Sie auf Sex bis zum vollständigen Abklingen des Wundschmerzes.

Sport

Wenig belastende Sportarten, wie Wandern sind bereits acht Tage, alle anderen in der Regel drei Wochen, nach der OP möglich. Bauchmuskelaufbauendes Fitnesstraining wie Bankdrücken sollte dauerhaft vermieden werden.

Für weitere Fragen steht das Team der Chirurgie sowie der behandelnde Arzt / behandelnde Ärztin jederzeit gern zur Verfügung.

KONTAKT



Dr. med. Markus Meibert

Chefarzt der Abteilung für
Allgemein- und Viszeralchirurgie

Facharzt für Chirurgie
und Viszeralchirurgie
Spezielle Viszeralchirurgie
Proktologie

SPRECHZEITEN

Montag - Freitag von 8:00 - 16:00 Uhr
nach Vereinbarung

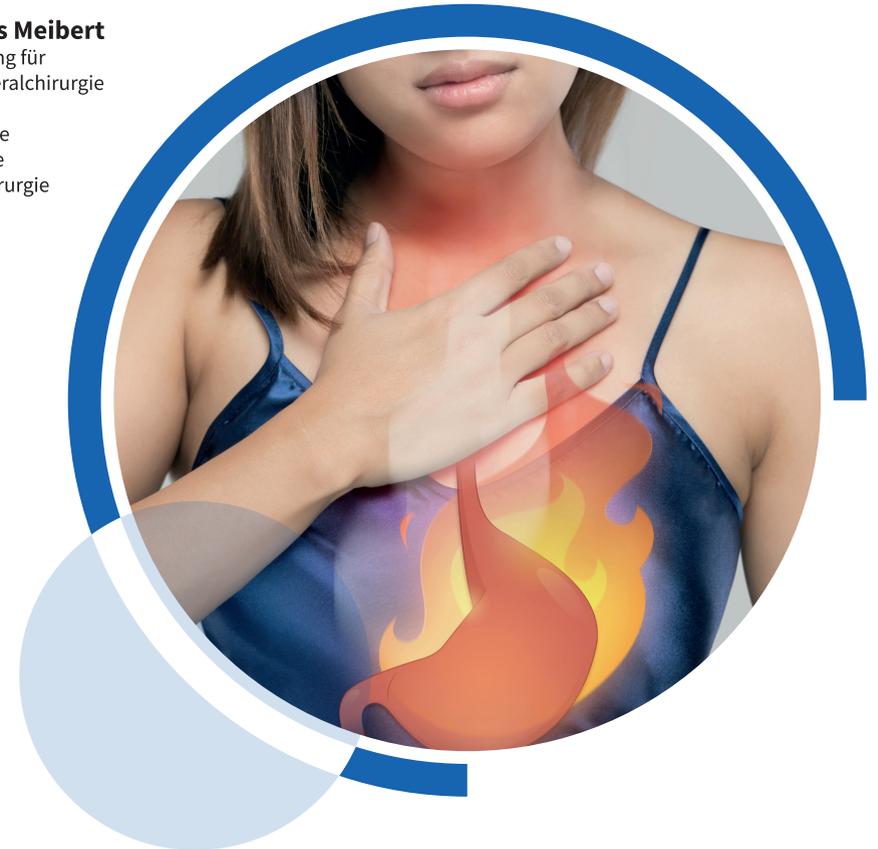
St. Marien-Hospital
Fachabteilung Chirurgie

Telefon: 02421 805-6175 | 02421 805-8832
Telefax: 02421 805-6677
E-Mail: info.chirurgie@jg-gruppe.de



Scan mich für
mehr Infos!

www.marien-hospital-dueren.de



SODBRENNEN Tipps bei Reflux

SEHR GEEHRTE PATIENTINNEN, SEHR GEEHRTE PATIENTEN,

brennende Schmerzen hinter der Brust, saures Aufstoßen und ein unangenehmer Geschmack im Mund – fast jeder Zweite kennt das.

Wenn Sodbrennen häufiger auftritt, sollte die Ursache geklärt werden, da der saure Rückfluss in die Speiseröhre zu ernsthaften Erkrankungen wie Speiseröhrenkrebs oder Asthma bronchiale führen kann. Häufiges Sodbrennen kann auch zu Entzündungen der Speiseröhre, Schluckbeschwerden, Zahnfäulnis, chronischem Husten sowie Schädigungen des Kehlkopfes und der Stimmbänder führen. Zudem können Schlafstörungen auftreten, was die Lebensqualität erheblich beeinträchtigt.

Magensäure hemmende Medikamente lindern die Symptome, beseitigen aber nicht die Ursache, die oft ein Zwerchfellbruch ist. Dabei rutschen Teile der Speiseröhre und des Magens in den Brustraum, wodurch der Schließmechanismus zwischen Magen und Speiseröhre versagt.

Wenn Medikamente, Ernährungsumstellung und Gewichtsreduktion nicht helfen, kann eine minimalinvasive Operation notwendig sein. Dabei werden Speiseröhre und Magen an ihren Platz gebracht und der Zwerchfellriss mit einer Naht und einem stabilisierenden Kunststoffnetz verschlossen. Dieses Netz verwächst mit dem Gewebe und sorgt für dauerhafte Stabilität. Meist sind die Patienten nach dem Eingriff beschwerdefrei.



Verhalten nach der Operation

Obwohl die **Anti-Reflux-Operation minimal-invasiv** durchgeführt wird und Sie nach dem Eingriff nur kleine Pflaster auf dem Bauch haben werden, handelt es sich dennoch um einen größeren medizinischen Eingriff. Die anfängliche Heilungsphase dauert etwa sechs Wochen, und die vollständige Festigkeit der Rekonstruktion ist nach drei Monaten erreicht. In dieser Zeit sollten Sie einige wichtige Hinweise beachten:

Wie nach jeder Operation sollten Sie den Kontakt mit kranken Personen meiden. Ihr Körper ist nach dem Eingriff mit der Genesung beschäftigt und dadurch anfälliger für Infektionen, die den Heilungsprozess verzögern können. Besonders Husten oder Erbrechen können die Heilung des Zwerchfells beeinträchtigen.

- Vermeiden Sie alles, was den Druck im Bauchraum erhöht, dazu gehört das Heben und Tragen schwerer Lasten über 5 kg, Husten, Würgen, Niesen und Erbrechen.
- Nehmen Sie bei bestehenden Allergien prophylaktisch Ihre Medikamente, damit Husten und Niesen reduziert wird.

Essen nach der Operation

- Essen Sie langsam, damit sich in der Speiseröhre nichts aufstaut.
- Kauen Sie Ihre Nahrung so lange, bis die Nahrung im Mund eine breiige Konsistenz hat.
- Achten Sie auf eine gute Verdauung, damit die Nahrung rasch weitertransportiert werden kann.
- Atmen Sie vor dem Schlucken aus, um möglichst wenig Luft mitzuschlucken. Das senkt Blähungen und vorzeitiges Völlegefühl.
- Vermeiden Sie trockene Lebensmittel und solche, die Sie schlecht vertragen. Greifen Sie lieber zu weicher, gut bekömmlicher und gut kaubarer Nahrung, die idealerweise mit Soße oder Saft versetzt ist.
- Vermeiden Sie Weißmehlprodukte, faseriges Gemüse, Rindfleisch, Orangen, kohlenstoffhaltige Getränke und ähnliches.
- Trinken Sie mindestens 2 Liter Flüssigkeit am Tag.
- Sie werden unmittelbar nach der Operation ein Drittel, vielleicht nur ein Viertel Ihrer normalen Portion schaffen. Essen Sie häufiger, dafür aber kleinere Portionen, um die gewohnte Kalorienmenge zu sich zu nehmen. So bleibt die Muskelmasse erhalten und Ihr Körpergewicht stabil.

Kurz: Sie können fast alles essen, achten Sie nur darauf, gut zu kauen, kleine Portionen zu essen und keine Luft zu schlucken.

