



END- & DICKDARMPRAXIS SINDELFINGEN

NACH EINER OPERATION AM AFTER

Sie werden / wurden von uns am After operiert. Hier einige Hinweise, wie Sie zu einem optimalen Heilungsverlauf beitragen können:

1) WUNDPFLEGE :

Bei **OFFENER WUNDE** empfehlen wir folgende Maßnahmen zur Wundversorgung:

a) Mehrfach tägliches AUSDUSCHEN der Wunde insbesondere nach dem Stuhlgang: Hierbei die Pobacken auseinanderziehen und den weichen Wasserstrahl auf die Wunde halten. Ggf. zum Abduschen **HappyPo® Analdusche** direkt auf der Toilette verwenden (bei DM/Rossmann 20€ ggf. happypo.de)

b) KOMPRESSEN sollten bis auf den Wundgrund eingelegt werden, um Wundwasser aufzusaugen und einen vorzeitigen Wundverschluss zu vermeiden. Sinnvoll wäre es, diese 3-4x tgl. zu wechseln

c) SALBEN (z.B. PVP Jod Salben wie Betaisadona® oder Braunovidon®) haben eine antiseptische Wirkung. Falls Sie eine Allergie auf Jod haben, werden wir eine andere Salbe verordnen.

Die Salbe soll u.a. verhindern, dass die Kompresse in der Wunde festklebt und der Verbandswechsel schmerzhaft ist oder gar durch Aufreißen der Wundoberfläche Blutungen entstehen. Ggf. empfehlen wir nach 2 Wochen einen Wechsel auf Bepanthen Wund- & Heilsalbe.

TIP: Kompresse unter der Dusche einweichen und dann erst herausziehen

*WIR EMPFEHLEN BZW. VERSCHREIBEN FOLGENDE VLIESKOMPRESSEN, DIE
NICHT STERIL SEIN MÜSSEN:*

Topper*8 Kompressen®, Fa. Systagenix

Nobatop®8, Fa. Noba Verbandstoffe

**Kompressen anderer Hersteller sind oft grob gewebt und sehr rau am After.
Warten Sie bis die Kompressen in Ihrer Apotheke bestellt wurden!**

2) DEN STUHLGANG FÜR 6 WOCHEN WEICH HALTEN !

Wir empfehlen die regelmäßige Einnahme von gemahlene Flohsamenschalen zur Stuhlregulation. Zubereitungen aus Samen des Indischen Flohsamens (botanisch: *Plantago ovata*) wirken als starker Ballaststoff und binden Wasser im Darm.

WIR EMPFEHLEN FOLGENE PRÄPARATE, DIE WIR ABER NICHT VERSCHREIBEN KÖNNEN – D.H. SELBER AM BESTEN VOR DER OP KAUFEN!: Flosa Balance® oder Mukofalk®

Rühren Sie 2x tgl 1 Msslöffel in 1 ganzes Glas Wasser ein und trinken Sie dies sofort.

Alternativ kann **Macrogol Pulver (z.B. Movicol®)** eingesetzt werden (1-2x tgl. 1/2 -1 ganzer Beutel in 1 Glas Wasser - Dosierung wirkungsabhängig – sehr unterschiedlich von Mensch zu Mensch). Als Quellmittel bindet Macrogol ebenfalls Wasser im Darm.

Nur durch **ausreichende Flüssigkeitszufuhr (> 2,0 Liter am Tag)** entfalten die Präparate ihre Wirkung.

Der Stuhl sollte weich, aber nicht breiig oder flüssig sein.
Variieren Sie ggf. die Menge des Pulvers oder Häufigkeit der Einnahme.

3) SCHMERZMITTEL

In der Regel erhalten Sie bei Entlassung Rezepte für Verbandsmaterial und Schmerzmittel. Je nach Ihren Begleiterkrankungen oder Unverträglichkeiten bzw. Allergien kann es sich aber auch um andere, als u.g. Mittel handeln.

Wenden Sie die Medikamente wie folgt an:

Novalgine® (Novaminsulfon) 500mg Tabletten:

Je nach Schmerzintensität 1-2 Tbl. alle 6 Stunden (**max. 4x tgl. 2 Tbl in 24 Stunden**)

Falls dies nicht ausreicht nehmen Sie zusätzlich **Tramal®, (Tramadol) Tropfen**
Je nach Schmerzintensität 20-30 Tropfen alle 6 Stunden d.h. **max. 30° 4x tgl.**

Bei nachlassenden Schmerzen lassen Sie bitte zuerst das Tramal weg und reduzieren Sie dann Menge und Häufigkeit der Einnahme des Novalgins.

4) PROBLEME

Bei Problemen nach der Entlassung kontaktieren Sie bitte zunächst die Praxis. Falls Sie dort niemanden erreichen (bzw. nachts und am Wochenende), rufen Sie folgende Mobilfunknummer an: **01520-1738596**. Da die Behandlungsmöglichkeiten in der Praxis beschränkt sind, werden wir Sie ggf. bitten, zurück in die Klinik nach Rottenburg zu gehen.

Im Zweifel - z.B. bei stärkeren Blutungen - begeben Sie sich in die Zentrale Notaufnahmen des nächstgelegenen Krankenhauses, wo rund um die Uhr ein Arzt der chirurgischen Klinik verfügbar ist. Bitte nehmen Sie den Entlassbericht aus Rottenburg mit, damit klar ist welcher Eingriff erfolgt ist.