

Unterstützung der zügigen Normalisierung der Verdauungsfunktion:

- Feste Nahrung bereits einige Stunden nach der Operation
- ➔ Kaffee trinken (mit Koffein, 3 x 150 ml oder mehr)
- ➔ Kaugummi kauen (3-4 x täglich 10-15 Min)
- ➔ Auf ausreichende Trinkmenge achten (1 ½ -2 l pro Tag)
- Medikamentöse Aktivierung der Magen-Darmfunktion durch ausgewählte Abführmittel (Laxantien)

Mobilisation:

Bereits am Operationstag findet eine Mobilisation an die Bettkante oder - abhängig von Größe und Dauer des Eingriffs - in den Stuhl statt.

➔ Ab dem ersten Tag nach der Operation sollen Sie, wenn möglich, 6-8 Stunden außerhalb des Bettes laufend oder sitzend verbringen.

Dadurch verbessert sich die Funktion des Kreislaufs, der Lunge und des Magen-Darmtraktes. Außerdem werden Risiken für Lungenentzündung und Thrombosen verringert.

Eine schnelle Genesung wünscht Ihnen Ihr Team der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie!

Terminvereinbarung

Montag bis Donnerstag
08.00 bis 09.30 Uhr

Freitag
08.00 bis 11.00 Uhr

Telefon (069) 1500 - 1585

Wir sind für Sie da!



Bürgerhospital Frankfurt am Main
Nibelungenallee 37-41 · 60318 Frankfurt am Main
Telefon: (0 69) 15 00-0 · Telefax: (0 69) 15 00-205
www.buergerhospital-ffm.de



Bürgerhospital und Clementine Kinderhospital gGmbH
Akademisches Lehrkrankenhaus der Johann Wolfgang Goethe-Universität

„Fast track“

Empfehlungen für Ihre Genesung nach Bauchoperationen



Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

im Folgenden informieren wir Sie, wie wir nach Ihrer Operation gemeinsam eine schnelle Genesung und eine frühe Entlassung nach Hause erreichen können.

Mit dem Begriff „Fast track“, zu Deutsch quasi „Schnellweg“ oder „Überholspur“, wird ein Konzept beschrieben, dessen einzelne Bausteine zu einer schnellen Mobilisation, Schmerzfreiheit und der zügigen Normalisierung der Körperfunktionen, wie z.B. der Verdauung, nach einer Operation führen können.

Es gibt dabei Maßnahmen **vor** der Operation (präoperativ), **während** der Operation (intraoperativ) und **nach** der Operation (postoperativ), die die Genesung unterstützen können. Einige Maßnahmen möchten wir Ihnen hier vorstellen.

Dinge, die Sie selbst beeinflussen können, sind mit diesem Pfeil → gekennzeichnet.



Dr. med. Fabian A. Helfritz
Chefarzt

Maßnahmen vor der Operation

Schon vor der Operation können Sie etwas tun, um die Operation selbst und die Zeit danach besser zu verkraften.

- **Erhaltung oder Verbesserung der körperlichen Aktivität und Fitness:** ausgiebige Spaziergänge oder leichtes sportliches Training
- **Ausgewogene Ernährung:** z.B. ballaststoff- und proteinreiche Lebensmittel, Gemüse, Obst, Vollkornprodukte
- **Nikotin- und Alkoholverzicht:** Selbst einige Tage oder Wochen sind hilfreich!

Maßnahmen während der Operation

Minimal-invasive Operation: Wenn möglich, führen wir Operationen minimal-invasiv durch. Das verringert die Operationswunde und damit Schmerzen, Infektionsrisiken und sowohl frühe als auch späte Nebenwirkungen und Folgen der Operation.

Vermeidung narkosebedingter Übelkeit und Erbrechen durch eine angepasste Anästhesie und medikamentöse Maßnahmen, wie etwa Akupressur.

Verzicht auf Drainagen und Katheter: Magensonden und Blasenkatheter werden kurz nach der Operation wieder entfernt.

Wunddrainagen werden nicht oder nur selten eingesetzt und dann möglichst nur für kurze Zeit.

Schmerztherapie: Zusätzlich zur Vollnarkose wenden wir direkt an den OP-Wunden örtliche oder regionale Betäubung an, um die Notwendigkeit einer systemischen Schmerzmittelgabe zu verringern. Diese wirkt über die Narkose hinaus für die ersten Stunden nach der Operation.

In bestimmten Fällen ist aus gleichen Gründen während und nach der Operation eine rückenmarksnahe Schmerztherapie (Epiduralanalogie) sinnvoll.



Maßnahmen nach der Operation

Schmerztherapie: Eine gut funktionierende Schmerztherapie ist besonders in den ersten Tagen wichtig. Der Gesamtschmerzmittelbedarf ist bei einer wirksamen Schmerztherapie geringer und es kommt zu einer schnelleren Normalisierung der Magen-Darm- und Kreislauffunktion und einer früheren Mobilität.

Sie erhalten nach der Operation eine fest verordnete Schmerzmedikation. Zusätzlich gibt es eine Bedarfsmedikation, welche zum Einsatz kommt, wenn die Basismedikation nicht ausreichend wirkt.

→ **Sollten Sie trotz der fest verordneten Medikamente Schmerzen haben, machen Sie uns bitte darauf aufmerksam!**