

Pflegerische Entlassungsinformation

nach Fundoplicatio Operation bei Zwerchfellbruch (Hiathushernie)

Schmerz

- ✓ ist ein natürlicher Schutzmechanismus des Körpers um vor körperlicher Überbelastung zu schützen.
- ✓ In den ersten Tagen nach einer Operation muss der Wundschmerz mit ausreichender Schmerztherapie beherrscht werden
- ✓ Stabilisieren Sie beim Husten die Bauchdecke durch Gegendruck mit ihren Händen
- ✓ Ausreichende Bewegung ist wichtig um einer tiefe Beinvenenthrombose und Lungenembolie vorzubeugen
- ✓ Unsere Rezepte, können direkt in jeder Apotheke eingelöst werden

Verbandwechsel

- ✓ Wechseln Sie alle zwei Tage die Pflaster, diese sind in der Apotheke erhältlich.
- ✓ Achten Sie darauf, dass das Duschpflaster beim Duschen nicht durchfeuchtet wird. Wechseln Sie es gegebenenfalls.

Nahtentfernung

- ✓ Die Nahtentfernung findet zwischen dem zehnten und zwölften Tag nach der OP bei dem einweisenden Chirurgen oder in der Ambulanz statt.
- ✓ Das genaue Datum entnehmen Sie Ihrem Arztbrief.

Lifestyle

- ✓ Vermeiden Sie für sechs Wochen schweres Heben und Tragen (maximal fünf kg)
- ✓ Rauchen Sie nicht.

Ernährung

- ✓ Achten Sie auf Ihre Ernährung! Der genaue Kostaufbau wird durch Ihren Chirurgen vorgegeben
- ✓ Vermeiden Sie blähende, schwer verdauliche Lebensmittel (Hülsenfrüchte, frisches Obst und Gemüse, Vollkornprodukte)
- ✓ Lebensmittel sollen weich und gut kaubar, am besten mit Saft oder Sauce zubereitet werden
- ✓ Achten Sie auf ausreichende Flüssigkeitszufuhr. Trinken Sie keine kohlenstoffhaltigen Getränke
- ✓ Achten Sie darauf, dass Sie vor dem Schlucken ausatmen, damit wenig Luft mitgeschluckt wird. Diese Technik senkt Blähungen, vorzeitiges Völlegefühl und steigert das Wohlbefinden.
- ✓ Essen Sie langsam und kauen Sie gut, damit sich in der Speiseröhre keine Speisen aufstauen. Aufgrund der langsamen Essgeschwindigkeit und dem anfänglichen Luftmitschlucken kommt es zu einer deutlich früheren Sättigung.
- ✓ Damit gewährleistet ist, dass das Körpergewicht stabil bleibt, ist es wichtig viele kleine Portionen am Tag verteilt zu essen und nicht nur die üblichen ein bis drei Mahlzeiten einzunehmen.

Bei Rötung, Schwellung, Fieber und ungewöhnliche Schmerzen kontaktieren Sie bitte umgehend den einweisenden Chirurgen, unsere Ambulanz oder den diensthabenden Chirurgen hier im Krankenhaus.

Tel: