

abhängig und leider nicht zeitlich vorherzusehen. Oft ist direkt nach der Operation die neurologische Situation noch nicht wieder normal. Hier brauchen Sie Geduld.

Ist eine Nachkontrolle notwendig?

Nach Operationen eines Bandscheibenvorfalls ist keine spezifische Routinekontrolle notwendig und geplant. Bei neuen Beschwerden stehen wir aber gerne zur Verfügung.

Wann findet die Entlassung statt?

Am Tag Ihrer Entlassung bemühen wir uns, Sie bis spätestens 10.00 Uhr zu entlassen. In Ihrem Entlassbrief finden Sie zusätzlich zu dieser Broschüre auf Sie bezogene Informationen (Medikation, Fadenzug, Kontrolltermine, etc.). Am Tresen erhalten Sie eine Aufenthaltsbescheinigung (für Ihren Arbeitgeber etc.)

Abschließend noch Tipps, wie Sie sich nach der Operation (v. a. LWS) rückschonend bewegen und aufstehen können:

Drehen im Bett

- Die Beine werden nacheinander angestellt
- Der Arm der Seite, zu welcher Sie sich drehen wollen, liegt in Henkelstellung
- Der andere Arm liegt auf dem Bauch
- Die Rumpfmuskulatur anspannen, Kinn auf die Brust und in einem Zug auf die Seite drehen

Aufstehen aus dem Bett

- In der Seitenlage die Beine möglichst weit anbeugen und die Fersen über die Bettkante schieben
- Zunächst stützen Sie sich mit der oberen Hand vor der Brust etwas hoch
- Dann unterstützt die untere Hand bis zum aufrechten Sitz
- Beide Füße stehen sofort fest auf dem Boden



Kontakt

Sollten Sie während Ihres Aufenthaltes Hilfe bei organisatorischen Abläufen (Zuzahlung, Telefon, WLAN, etc.) benötigen, wenden Sie sich bitte an unsere Stationssekretärin direkt auf der Station 2B.

Bei im Vorfeld bestehenden Fragen (Terminierung, Arzt- bzw. Zimmerwahlleistung, Begleitperson, etc.) erreichen Sie Frau Barbara Andree (Chefarztsekretariat) wie folgt:

Montag bis Donnerstag: 08.00 bis 16.00 Uhr
Freitag: 08.00 bis 13.00 Uhr

T 08158 23 - 280

wirbelsaeulenzentrum-bkt@artemed.de

Wir hoffen, Ihnen mit dieser Broschüre einen kleinen Überblick zu Ihrem stationären Aufenthalt sowie der Zeit danach gegeben zu haben und wünschen Ihnen eine gute Anfahrt und schnelle Genesung.

BANDSCHEIBEN-OPERATION

Patienteninformation



**BENEDICTUS KRANKENHAUS
TUTZING**

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

für Ihren stationären Aufenthalt im Wirbelsäulenzentrum im Benedictus Krankenhaus Tutzing wollen wir Ihnen ein paar kurze und wichtige Informationen an die Hand geben.

Sie haben einen Bandscheibenvorfall, der auf Nerven drückt. Die geplante Operation an Ihrer Bandscheibe verfolgt das Ziel, Ihre Schmerzen und eventuell vorhandene neurologische Ausfälle rasch zu verbessern. Dazu wird über eine mikrochirurgische oder endoskopische Operation der Bandscheibenvorfall vom Nerven entfernt und dieser damit vom Druck befreit.

In diesem Faltblatt möchten wir vorab die häufigsten Fragen rund um eine Bandscheibenoperation und die Abläufe in unserer Abteilung beantworten.

Wir wünschen Ihnen einen guten Aufenthalt bei uns.

Ihr Team vom Wirbelsäulenzentrum Starnberger See unter der Leitung von Chefarzt Dr. Florian Zentz



Wie lange dauert der stationäre Aufenthalt?

Es ist mit 3-5 Tagen zu rechnen. Je nach Verlauf der Operation und Ihrem Befinden können wir Sie dann wieder in Ihre häusliche Umgebung und die Obhut des nachbehandelnden Arztes entlassen.

Wird eine Drainage eingelegt?

Diese Entscheidung wird immer intraoperativ getroffen – je nach Umfang des Eingriffes ist eine Drainage zur Vermeidung von Blutergüssen im Nervenkanal sinnvoll. Diese verbleibt in der Regel für einen Tag.

Muss ich mit vermehrten postoperativen Schmerzen rechnen?

Jede Operation stellt eine Verletzung dar, so dass es normal ist, dass nach der Operation Schmerzen empfunden werden. Wir lindern Ihre Schmerzen mit begleitenden Schmerzmitteln. Wichtig ist, dass Sie uns über Ihre Schmerzintensität informieren.

Wann darf ich nach der Operation essen, trinken und aufstehen?

Nach einer Narkose muss mit der Nahrungsaufnahme und Mobilisation langsam begonnen werden. Sie können davon ausgehen, dass Sie ca. 4 Stunden nach der Operation langsam trinken und essen dürfen bzw. aufstehen können, unser Pflegepersonal unterstützt und hilft dabei.

Was muss ich bezüglich der Wunde weiter beachten?

Ihre Entlassung ist in der Regel früher, als die Wunde komplett verheilt ist. Sie verlassen unser Krankenhaus normalerweise mit gut heilenden Wundverhältnissen, standardmäßig kleben wir die Wunde. Ihr Hausarzt oder Orthopäde übernimmt dann die weitere Wundversorgung (Kontrolle und ggf. Fadenzug nach 10-12 Tagen).

Darf ich duschen oder baden?

Duschen ist ab dem 2. Tag nach der Operation erlaubt. Die Wunde muss aber mit einem entsprechenden Duschpflaster abgedeckt werden. Nach dem Duschen muss das Pflaster wieder entfernt werden. Baden, auch im See, ist nicht ratsam solange die Hautfäden noch einliegen bzw. die Wunde noch verkrustet ist.

Wer kümmert sich um die Nachbehandlung?

Sie können sowohl bei Ihrem Hausarzt oder aber auch beim Orthopäden vorstellig werden. Bei weitergehenden Problemen

im Zusammenhang mit dem operativen Eingriff kann Sie Ihr Hausarzt oder Orthopäde gerne auch bei uns zur Kontrolle vorstellen.

Anschlussheilbehandlung (AHB) ja, oder nein?

Eine AHB ist nicht in jedem Fall nach einer Bandscheibenoperation sinnvoll. Es gibt aber Situationen, in denen die Durchführung einer AHB förderlich ist. Die AHB wird Ihr Wirbelsäulenchirurg in der Sprechstunde bzw. während Ihres stationären Aufenthaltes mit Ihnen diskutieren. Eine ambulante Physiotherapie wird regelhaft empfohlen. Wenn eine AHB stattfinden sollte, beginnt diese in der Regel 2-3 Wochen nach der Operation. Sie treten diese dann von zu Hause an. Auch eine AHB direkt im Anschluss an den stationären Aufenthalt ist je nach häuslicher Situation möglich. Bei Fragen können Sie sich auch jederzeit an unseren Sozialdienst im Haus (T 08158 23-231) wenden.

Was muss ich nach der Operation an Verhaltensmaßnahmen beachten?

Grundsätzlich dürfen Sie nach der Operation Ihren Tätigkeiten des normalen Lebens in allen Bereichen wie gewohnt nachgehen. Sie sollten aber für 4 Wochen folgende belastende Bewegungen vermeiden:

- Bückbewegungen und
- Rotationsbewegungen im Rumpf
- Heben > 5kg

Wann darf ich wieder Sport treiben?

Ab der 3. Woche nach einer Bandscheibenoperation.

Ab wann darf ich Autofahren?

Mitfahren ist ab sofort möglich. Lange Strecken mit monotonem Sitzen sollten aber vorerst vermieden werden. Aktiv Autofahren sollten Sie erst 14 Tage nach dem Eingriff. Achten Sie auf eine eventuell veränderte Reaktionszeit unter der Einnahme von Schmerzmedikamenten!

Wie schnell sind neurologische Ausfälle wieder rückläufig?

Wenn Sie neurologische Ausfälle (Gefühlsstörungen oder/und Schwächen) haben, ist die Erholung von vielen Faktoren