



## Rehabilitation nach Operationen in Bauch- und Brustraum



Alfried Krupp Krankenhaus

# Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

in den nächsten Tagen wird bei Ihnen in unserem Hause eine Operation in der Bauch- oder Brustkorbhöhle durchgeführt. Nach diesem chirurgischen Eingriff ist es unser Ziel, Ihnen eine schnelle und unkomplizierte Rehabilitation zu ermöglichen. Neben der hervorragenden Operationstechnik tragen auch die Vorbereitung und die Nachsorge einer Operation zu einer möglichst schnellen und vollständigen Rekonvaleszenz bei. Um diese zu erreichen, müssen zahlreiche Faktoren vor, während und nach der Operation berücksichtigt werden. Es ist daher sehr wichtig, dass Sie bereits vor dem Eingriff gut informiert sind.

Wir verfolgen das Konzept der „schnellen Rehabilitation“ nach einer Operation – im Fachjargon „fast track“ genannt. Dabei handelt es sich um ein Konzept, bei dem Ärzte und Patienten gleichermaßen intensiv daran arbeiten, eine komplikationsarme und schnellere Erholungsphase nach einer Operation zu erreichen. Nach Operationen in der Brustkorb- oder Bauchhöhle, insbesondere bei Speiseröhren-, Magen- und Darmoperationen, gibt es eine Reihe von Ursachen, die zu einer sogenannten Magen- und Darmträgheit nach der Operation führen können: Stressreaktionen des Körpers, Schmerzen, lange Bettruhe, Unterkühlung während der Operation, Darmlähmung, Übelkeit und Erbrechen nach der Narkose oder lange Fastenzeit vor und nach der Operation.

Erkrankungen verschiedener Organsysteme, zum Beispiel Lungenentzündung, Herzrhythmusstörungen, vorübergehende Zuckererkrankungen, Störungen der Nierenausscheidung und Verwirrtheitszustände bei älteren Menschen werden dadurch begünstigt.

Ziel der schnellen Rehabilitation ist es, diese Komplikationen zu vermeiden. Dies gelingt, wenn Patient, Ärzte und Pflegepersonal gemeinsam konsequent die Regeln der schnellen Rehabilitation anwenden.

Für Ihre Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Ihre Behandlungsteam der Klinik für  
Allgemein- und Vizeralchirurgie

# Fast track: Sieben Schritte zum Erfolg

## Vorbereitung zur Operation

Vor einer Operation besprechen wir mit Ihnen ausführlich das Konzept der schnellen Rehabilitation - „fast track“. Ihre behandelnden Ärzte achten darauf, dass möglichst viele Risiken schon vor der Operation ausgeschlossen werden. Typische Risikofaktoren sind ein schlecht eingestellter Diabetes mellitus, übermäßiger Nikotinkonsum, wenig körperliche Bewegung oder Infekte der Atemwege. Wir legen in der Vorbereitungsphase viel Wert darauf, dass Sie sich intensiver bewegen und bewusster ernähren. Zudem prüfen wir durch einen Nasen- und Rachenabstich eine mögliche Vorbelastung mit Hospitalkeimen, um Sie selbst, Ihr Umfeld und andere Patienten zu schützen.

## Vermeiden von Stress

Stressauslösende Faktoren müssen minimiert werden. Das beginnt mit einer ausführlichen Aufklärung über die Erkrankung, die Behandlung und den konkreten Ablauf der Operation. Wir versuchen, sie vor einer Operation am Brustkorb beziehungsweise der Bauchhöhle rechtzeitig am Operationstag oder sogar bis zu einen Tag vorher im Krankenhaus aufzunehmen.



### Optimale Schmerztherapie

Schmerzen sind nach einer Operation nicht vollkommen vermeidbar, aber sie können durch geeignete Maßnahmen erträglich gemacht werden. Eine wirkungsvolle Form der Schmerztherapie bei größeren Operationen ist die Periduralanästhesie. Diese wird über einen Schmerzmittelkatheter in Rückenmarksnähe durchgeführt und vermindert sowohl Übelkeit und Erbrechen als auch das Risiko einer Darmlähmung nach der Operation.

Weniger Schmerzen bedeuten weniger Stress: Teilen Sie unserem Schmerzdienst unbedingt regelmäßig das Ausmaß Ihrer Schmerzen mit, damit Ihre Schmerztherapie zu jedem Zeitpunkt optimal angepasst werden kann.

### Schonende chirurgische Techniken

Wir wählen Operationsmethoden aus, die Ihren Körper bestmöglich schonen und das Zugangstrauma zur Bauch- bzw. Brustkorbhöhle reduzieren. Wann immer es geht, ziehen wir minimal invasive Verfahren vor und vermeiden große Schnitte. Wenn der Eingriff es erlaubt, versuchen wir, auf die Verwendung von Wunddrainagen, Kathetern und Magensonden zu verzichten oder entfernen diese nach der Operation schnellstmöglich.

### Frühe Mobilisation

Selbst kurze Phasen von Bettlägerigkeit gehen mit einem erhöhten Risiko von Lungenentzündungen, Thrombosen und Embolien einher. Sie können aktiv mithelfen, dies zu vermeiden: Stehen Sie bereits möglichst früh nach der Operation auf, halten Sie sich tagsüber außerhalb des Bettes auf und trainieren Sie mit dem Triflow-System Ihre Lungenfunktion.

### Frühzeitige Ernährung

Damit Energiereserven nicht abgebaut werden und Ihr Körper nicht zu sehr austrocknet, sollten Sie bis zwei Stunden vor der Operation klare Flüssigkeiten zu sich nehmen, beispielsweise gesüßten Tee. Je nach Operationsverfahren können Sie bereits am Abend nach der Operation wieder Getränke zu sich nehmen, feste Nahrung erhalten Sie einen Tag nach der Operation. Achten Sie darauf, nur leichte Kost zu sich zu nehmen. Nudeln und Kartoffeln sowie Reisgerichte sind gute Energieträger. Auf tierische Fette und faserreiche Kost sollten Sie nach größeren Operationen möglichst verzichten. Zur möglichen Auswahl der Speisen beraten Sie unsere Servicekräfte sehr gern.

### Vermeidung von Darmlähmung und Übelkeit

Bis auf wenige Ausnahmen wird der Darm vor einer Operation nicht mehr wie früher vollständig gereinigt. In einzelnen Fällen (Mastdarmoperationen) wird allerdings nach wie vor aus operationstechnischen Gründen eine Darmspülung durchgeführt. Nach der Operation fängt der Darm besonders früh wieder an zu arbeiten, wenn Sie möglichst früh anfangen zu kauen und zu essen. Es werden nach Möglichkeit alle Medikamente vermieden, die den Darm träge machen oder zur Übelkeit führen.

### Damit Sie schnell wieder nach Hause dürfen

Der Gesamttablauf nach der Operation wird überwacht und Ihren Bedürfnissen angepasst.

Ziel ist es, die genannten Risiken zu minimieren, damit Sie nach Ihrer Operation schnell genesen.

Der Entlassungstermin wird individuell mit Ihnen zusammen festgelegt. Für mögliche Angebote und Hilfestellungen unseres Sozialdienstes sprechen Sie bitte Ihre behandelnden Ärzte bei der Visite an (zum Beispiel Anschlussheilbehandlung, geriatrische Rehabilitation, häusliche Pflege etc.).

# Kontakt

Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie  
Prof. Dr. med. Marco Niedergethmann  
Chefarzt

Sprechstunden  
Montag bis Freitag  
nach Vereinbarung

Alfried Krupp Krankenhaus  
Rüttenscheid  
Alfried-Krupp-Straße 21  
45131 Essen

Alfried Krupp Krankenhaus  
Steele  
Hellweg 100  
45276 Essen

Sekretariat  
Marion Dunke  
Telefon 0201 434-2535  
Telefax 0201 434-2379  
chirurgie@  
krupp-krankenhaus.de

Sekretariat  
Beate Beckefeld  
Telefon 0201 805-1841  
Telefax 0201 805-2184  
chirurgie@  
krupp-krankenhaus.de

Sprechstunde  
Prof. Dr. med. Marco Niedergethmann  
Montag, Mittwoch und Donnerstag  
15.30 bis 17.30 Uhr  
Termine können über das Sekretariat vereinbart werden

info@krupp-krankenhaus.de  
www.krupp-krankenhaus.de