

## **MERKBLATT**

### **Proktologische Eingriffe**

In diesem Merkblatt finden Sie wichtige Informationen zur postoperativen Betreuung bei proktologischen Eingriffen wie sie zum Beispiel bei Hämorrhoiden, Fissuren oder Fisteln erfolgt. Zudem erhalten Sie Anweisungen, worauf Sie während dieser Zeit bei der Ernährung und bei körperlichen Aktivitäten achten müssen.

#### **Schmerzen und Schmerzmittel**

Leider sind Schmerzen im Bereich des Afters nach proktologischen Eingriffen normal.

Sie können besonders beim Sitzen oder beim Stuhlgang stärker werden.

In den ersten 5 bis 7 Tagen nach der Operation empfehlen wir daher die regelmässige Einnahme der verordneten Schmerzmittel. Danach können Sie die Medikamente nach Ihrem eigenen Ermessen und Schmerzempfinden reduzieren.

Je nach erfolgter Operationsmethode wurden Ihnen zusätzlich schmerzstillende Salben oder Zäpfchen verordnet. Bitte wenden Sie diese auch konsequent gemäss der erhaltenen Empfehlung an.

Ein Brennen oder ein Druckgefühl im Bereich der Operation ist während der Heilungsphase normal.

#### **Stuhlgang**

Achten Sie auf eine ballaststoffreiche Ernährung und nehmen Sie ausreichend Flüssigkeit zu sich. Falls notwendig können Sie Stuhlregulationsmittel verwenden, sofern Ihnen welche verschrieben wurden.

Das Pressen beim Stuhlgang sollte möglichst vermieden werden.

#### **Wundheilung**

Die Wunden werden «offen» gelassen, damit sie von innen nach aussen heilen können.

Die Heilungsdauer hängt von der Grösse der Wunde ab. In der Regel beträgt die Wundheilungszeit ungefähr 2 bis 6 Wochen.

#### **Wundpflege**

Die Wunde sollte mindestens einmal täglich und nach jedem Stuhlgang mit klarem Wasser ausgeduscht werden. Begeben Sie sich dazu zum Beispiel in die Dusche und verwenden Sie die Handbrause.

Danach sollten Sie den Wundrand vorsichtig trocken tupfen, nicht reiben.

Manche Patientinnen und Patienten verwenden zum Trocknen auch einen Haarföhn.

Leichte Blutspuren oder Wundsekret auf der Einlage sind in den ersten Wochen normal.

## **Körperliche Aktivität**

Leichte körperliche Aktivität wie Spazierengehen ist ab dem Operationstag erlaubt und sogar empfohlen.

Vermeiden Sie in den ersten Wochen starke körperliche Belastung, schweres Heben sowie intensiven Sport.

Je nach Eingriff und Beschwerden ist eine schrittweise Rückkehr zu normalen Aktivitäten nach ungefähr 2 bis 8 Wochen möglich.

## **Arbeitsfähigkeit**

Abhängig von Ihrem Beruf und dem Umfang des Eingriffs können Sie in der Regel nach ungefähr 1 bis 3 Wochen wieder arbeiten.

Bei körperlich belastender Tätigkeit kann eine längere Schonung notwendig sein.

Wir stellen Ihnen ein individuelles Arbeitsunfähigkeitszeugnis aus.

## **Ernährung**

Eine ballaststoffreiche Ernährung mit ausreichend Flüssigkeit, das heisst mindestens 1.5 bis 2 Liter pro Tag, unterstützt eine weiche Stuhlkonsistenz und erleichtert den Stuhlgang.

Geeignet sind zum Beispiel:

- Gemüse und Früchte
- Vollkornprodukte
- Flohsamenschalen

## **Nachsorge**

Wir vereinbaren bei Ihrem Austritt einen Kontrolltermin mit Ihnen.

Sollten Sie Fragen oder Unsicherheiten haben, können Sie sich jederzeit telefonisch oder per E-Mail an uns wenden.

### **Bitte melden Sie sich umgehend bei:**

- zunehmenden starken Schmerzen
- Fieber
- starken Blutungen
- grösseren Problemen beim Wasserlassen oder Stuhlgang