



## Ab zwei Wochen vor Ihrer Operation

- Hautpflege: Regelmäßig mit milder, feuchtigkeitsspendender Creme pflegen; am OP-Tag keine Creme oder Kosmetik verwenden.
- Blutverdünner: Nach Rücksprache mit dem Hausarzt 24 h vor der OP absetzen. ASS 100 kann weiter eingenommen werden.
- Organisation: Begleitperson für Heimfahrt und erste 24 h organisieren.
- Bitte besorgen: Kühlakkus, Octenisept, sterile Kompressen.



## Am Morgen Ihrer Operation

- Essen und Trinken: Nüchternsein ist nicht erforderlich; Frühstück wie gewohnt, sofern nichts anderes vereinbart.
- Pflegeprodukte: Keine Cremes oder Kosmetika auf das OP-Gebiet.

## Am Abend Ihrer Operation

- Ruhe: Körperlich schonen, Kopf hoch lagern, regelmäßig kühlen.
- Druckverband: 24 h belassen, dann entfernen.
- Blutung: Leichte Nachblutung ist normal. Bei stärkerer Blutung: Kühlpack und sterile Kompresse 30 Min. mit leichtem Druck auflegen; bei Fortbestehen bitte Kontakt aufnehmen.
- Wundpflege: 3× täglich vorsichtig mit Octenisept-Kompressen tupfen (nicht reiben), trocken halten. Duschen erlaubt, Gesicht nur vorsichtig reinigen.
- Schmerzmittel: Ibuprofen und Paracetamol sind erlaubt, kein Aspirin (ASS) ohne ärztliche Anordnung.



## Ab dem 1. Tag nach Ihrer Operation

- Bewegung: Leichte Aktivität erwünscht; nur zum Schlafen hinlegen.
- Schwellung: Rückgang beginnt ab Tag 3, kann Wochen bis Monate anhalten.
- Steri-Strips: Fallen meist selbst ab, ggf. am 4. Tag entfernen.
- Fäden: Entfernung nach ca. 10 Tagen (Fäden nicht kürzen).
- Vermeiden: Alkohol, Rauchen, Sauna, Solarium, Sonne.
- Sport und Belastung: 4 Wochen kein Sport oder schweres Heben.
- Verkehr: Unter Schmerzmitteln kein Autofahren oder Bedienen von Maschinen.

## Narbenpflege

- Ab ca. 3 Wochen: Dermatrix 2× täglich dünn auftragen (nicht massieren), bei Unverträglichkeit Bepanthen.
- Direkte Sonne meiden; Sonnenschutz LSF 50 für 6-12 Monate.

## Rufnummern

- Unsere Anmeldung ist erreichbar:
- Praxiszeiten: Mo–Do 08:00–17:00|Fr 08:00–14:00 Tel: 06131 232326
- Außerhalb der Sprechzeiten (in dringenden Notfällen):
- Dr. David Chapireau MA MB BChir FEBOMFS: 0177 5533736
- Dr. Dr. Ursula Graf-Balun: 0175 5218946