


<p>Kategorie: Wissen/Information</p> <p>Geltungsbereich: Chirurgie</p>	<p><b>Patienteninformation</b>  <b>Verhalten nach laparoskopischer</b>  <b>(„Schlüsselloch“) Gallenblasen- und</b>  <b>Gallensteinentfernung</b></p>	 <p><b>JOSEPHS-HOSPITAL</b> WARENDORF</p>
--------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## **Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,**

Wir haben bei Ihnen die mit Steinen gefüllte oder entzündete Gallenblase in der „Schlüssellochtechnik“ entfernt.

Jetzt sollten Sie in den nächsten Wochen folgende Regeln beachten:

### **Körperliche Schonung**

Zur Erzielung einer optimalen, festen Narbenbildung ist es wichtig, sich in den ersten zwei Wochen bezüglich Heben und Tragen zurückzuhalten. Ihr Bauch sollte stets schmerzfrei sein. Anschließend kann die Belastung rasch gesteigert werden und Sie brauchen bezüglich der Narbenbildung keine Rücksicht mehr zu nehmen.

Die Arbeitsfähigkeit richtet sich nach Ihrer beruflichen Tätigkeit, leichte Bürotätigkeit sollte schon wenige Tage nach der Entlassung aus dem Krankenhaus möglich sein, vor körperlich belastenden Tätigkeiten sollten Sie zwei Wochen nach der Operation verstreichen lassen.

### **Sportliche Tätigkeit**

In Abhängigkeit von der unterschiedlichen Belastung des Körper dürfen leichte Sportarten wie Joggen, Radfahren Wandern oder Schwimmen nach zwei Wochen, solche Sportarten, die mit ruckartigen Bewegungsabläufen verbunden sind wie Tennis, Fuß- oder Handball oder auch Golf ebenso wie solche, die mit besonderen Belastungen der Bauchwand verbunden sind wie Krafttraining, Gewichtheben oder Reiten nach vier Wochen wieder aufgenommen werden.

### **Ernährung**

Der Körper wird sich auf die veränderten Bedingungen im Bauch rasch einstellen. Sie können ihm helfen, wenn sie in den ersten Wochen fettreiche Speisen vermeiden. Falls Sie zunächst vermehrte Blähungen, Durchfall oder auch Verstopfung bemerken, kann sich eine leichte Diät mit ballaststoff- und fettarmer Kost, bei Verstopfung auch die vorübergehende Einnahme eines milden Abführmittels wie Laktosesirup oder Movicol positiv auswirken. Ernsthafte, insbesondere andauernde Verdauungsprobleme sind seltene Ausnahmen. Falls dies bei Ihnen der Fall ist, sollten Sie mit ihrem Hausarzt Kontakt aufnehmen.

### **Intimverkehr**

Ist ab der 2. Woche möglich. Es sollten dabei keine Schmerzen auftreten und zunächst Positionen bevorzugt werden, bei denen die Bauchwand entlastet ist – also z.B. Rückenlage.

### **Wundschmerz**

Grundsätzlich ist er bei jedem Patienten in Hinblick auf Dauer und Intensität unterschiedlich. Nach drei Wochen sollten keine Schmerzen mehr auftreten. Die Wundheilung ist üblicherweise nach zwei Wochen abgeschlossen. Das Nahtmaterial muss in der Regel nicht entfernt werden, da wir auflösbare Fäden für den Wundverschluss verwenden und die Naht so durchführen, dass der Faden nicht sichtbar ist.