

Kategorie:  
Wissen/Information

Geltungsbereich:  
Chirurgie

## Patienteninformation Verhalten nach Verschluss / Rückverlagerung eines künstlichen Darmausgangs



JOSEPHS-HOSPITAL  
WARENDORF

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

wir haben bei Ihnen den zuvor angelegten künstlichen Darmausgang (Stoma, Anus praeter), der in der Vergangenheit wegen Ihrer Grunderkrankung erforderlich war, nun wieder verschlossen.

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 (nicht mehr als 10 kg) zurückzuhalten. Ihr Bauch sollte stets schmerzfrei sein. Anschließend kann die körperliche Belastung rasch gesteigert werden. Sie sollten die Wunde (ehemalige Stomastelle), die geplant nicht vollständig verschlossen wurde, täglich ausduschen und mit einem sterilen Pflaster abdecken. Der Faden soll erst nach 3 Wochen durch Ihren behandelnden Arzt entfernt werden. Die Arbeitsfähigkeit richtet sich nach Ihrer beruflichen Tätigkeit, leichte Bürotätigkeit sollte schon wenige Tage nach der Entlassung aus dem Krankenhaus möglich sein. Körperlich belastende Tätigkeiten können Sie 4 Wochen nach der Operation (wenn der Hautfaden entfernt worden ist) wieder aufnehmen.

#### **Sportliche Tätigkeit**

In Abhängigkeit von der unterschiedlichen Belastung des Körpers dürfen Sie durchführen:

- nach 2 Wochen: leichte Sportarten wie Joggen, Fahrradfahren, Wandern usw.
- nach 6 Wochen: Tennis, Fuß- oder Handball, Reiten, jegliche Kraftsportarten wie Krafttraining (Bauchwand), Gewichtheben, Judo etc.

Ein Schwimmbadbesuch ist eine Woche nach Entfernung des Hautfadens möglich.


#### **Ernährung**

Der Körper wird sich auf die veränderten Bedingungen im Bauch rasch einstellen. Sie sollten in der ersten Zeit auf folgende Dinge achten:

- leicht verdauliche Nahrung zu sich nehmen
- alles sehr gut kauen
- faserreiche Kost am Anfang meiden
- auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr achten

Die Nahtstelle an der Darmverbindung ist noch angeschwollen und das „Darmrohr“ eingengt, es kann daher leichter zu einem Darmverschluss kommen. In der ersten Zeit nach der OP können Sie auch mit leichten Durchfällen Probleme haben, aber das bessert sich in der Regel innerhalb des ersten Monats. Falls Sie zunächst vermehrte Blähungen, Durchfall oder auch Verstopfung bemerken, kann eine leichte Diät mit ballaststoffreicher- und fettarmer Kost helfen. Fragen Sie bei Bedarf nach unserem speziellen Merkblatt. Bei Verstopfung kann sich auch die vorübergehende Einnahme eines milden Abführmittels wie Laktosesirup oder Macrogol 3 positiv auswirken. Ernsthafte, insb. andauernde Verdauungsprobleme sind seltene Ausnahmen. Falls dies bei Ihnen der Fall ist, sollten Sie mit Ihrem Hausarzt oder uns Kontakt aufnehmen. Auch der Schließmuskel des Enddarms muss sich wieder daran gewöhnen, dass er jetzt wieder intensiver gebraucht wird. Möglicherweise werden Sie zunächst relativ rasch auf die Toilette müssen, wenn Sie Stuhldrang verspüren. Auch das sollte sich nach einigen Wochen wieder legen.

- nächste Seite -

<p>Kategorie: Wissen/Information</p> <p>Geltungsbereich: Chirurgie</p>	<p>Patienteninformation</p> <p>Verhalten nach Verschluss / Rückverlagerung eines künstlichen Darmausgangs</p>	 <p>JOSEPHS-HOSPITAL WARENDORF</p>
--	---	---

### **Intimverkehr**

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 3 Wochen sollten keine Schmerzen mehr auftreten. Die Wundheilung ist üblicherweise nach 3 Wochen abgeschlossen. Die sogenannte „Tabaksbeutelnaht“, die die Haut über dem ehemaligen künstlichen Darmausgang zusammenzieht, muss durch Ihren Hausarzt entfernt werden, da wir an der Stelle keine auflösbaren Fäden für den Wundverschluss verwenden können.