

Pflegerische Entlassungsinformation

Perkutane Transluminale Angioplastie (PTA)

Lieber Patient, liebe Patientin,

Sie gehen nach einer PTA aus unserem Krankenhaus nach Hause. Mit diesem Informationsblatt wollen wir Sie unterstützen nach dem Eingriff sicher und durch eine gesunde Lebensführung ein lebenswertes Leben führen zu können. Bedenken Sie bitte, dass ihr Eingriff eine symptomatische Behandlung war. Behandelt wurde die Folge der Gefäßalterung nicht die Ursache. Diese kann nur durch eine gesunde Lebensführung mit Vermeidung von hohen Blutfetten (Cholesterin), Rauchen, Bluthochdruck, Fettsucht (Adipositas) und Zuckerkrankheit (Diabetes) verhindert werden. Wir hoffen Sie durch dieses Informationsblatt bei einer gesunden Lebensführung zu unterstützen.

Beachten Sie bitte bis eine Woche nach dem Eingriff:

- ✓ nicht schwerer als fünf Kilogramm heben
- ✓ Keine Vollbäder
- ✓ Verzichten Sie auf sportliche Betätigung oder Arbeiten, wo die Leisten stark beansprucht wird

Gesunde Lebensführung:

- ✓ Nehmen Sie sorgfältig Ihre vorgeschriebenen Medikamente ein. Sie reduzieren die Auswirkungen Ihrer Risikofaktoren (z.B. hohe Blutfette, Diabetes, hoher Blutdruck, etc.) und vermindern die Gefahr eines erneuten Verschlusses.
- ✓ Rauchen Sie nicht
- ✓ verzichten Sie auf Alkohol

- ✓ Gehen Sie regelmäßig spazieren
- ✓ führen Sie die Übungen des Gefäßtrainings kontinuierlich durch
- ✓ Viel Bewegung verbessert die Durchblutung Ihrer Beine, da es die Bildung von Umgehungskreisläufen (Kollateralkreisläufe) fördert.
- ✓ Reduzieren Sie Übergewicht
- ✓ Vermeiden Sie Stress
- ✓ Kontrollieren Sie regelmäßig ihren Blutdruck
- ✓ Bevorzugen Sie beim Essen Vollkornprodukte, Gemüse und Obst
- ✓ Reduzieren Sie Ihren Fleischkonsum und greifen Sie öfter zu frischem Fisch
- ✓ Bevorzugen Sie pflanzliche Fette

Eine gesunde Lebensführung hat großen Einfluss auf Ihre Gefäßsituation. "Wissen" ist der Schlüssel zu einem verantwortungsbewussten Umgang mit der Erkrankung.

Wir wünschen Ihnen viel Erfolg bei der Umsetzung unserer Empfehlungen.