

# Pflegerische Entlassungsinformation

## Nach bariatrischen Operationen

### Schmerz

- ✓ ist ein natürlicher Schutzmechanismus des Körpers um vor körperlicher Überbelastung zu schützen.
- ✓ In den ersten Tagen nach einer Operation muss der Wundschmerz mit ausreichender Schmerztherapie beherrscht werden
- ✓ Stabilisieren Sie beim Husten die Bauchdecke durch Gegendruck mit ihren Händen
- ✓ Ausreichende Bewegung ist wichtig um einer tiefe Beinvenenthrombose und Lungenembolie vorzubeugen
- ✓ Unsere Rezepte, können direkt in jeder Apotheke eingelöst werden

### Verbandwechsel

- ✓ Wechseln Sie alle zwei Tage die Pflaster, diese sind in jeder Apotheke erhältlich.
- ✓ Achten Sie darauf, dass das Duschpflaster beim Duschen nicht durchfeuchtet wird. Wechseln Sie es gegebenenfalls.

### Nahtentfernung

- ✓ Die Nahtentfernung findet zwischen dem zehnten und zwölften Tag nach der OP bei dem einweisenden Chirurgen oder in der Ambulanz statt.
- ✓ Das genaue Datum entnehmen Sie Ihrem Arztbrief.

### Lifestyle

- ✓ Vermeiden Sie für sechs Wochen schweres Heben und Tragen (maximal fünf kg)
- ✓ Rauchen Sie nicht.

- ✓ Begleitend kann die Betreuung durch einen Psychologen oder die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe helfen

## **Ernährung**

- ✓ Achten Sie auf Ihre Ernährung
- ✓ regelmäßige Mahlzeiten sind unbedingt erforderlich
- ✓ kauen Sie gut, stoppen Sie bei Sättigung
- ✓ Essen und Trinken muss zeitlich getrennt werden
- ✓ Achten Sie auf ausreichende Flüssigkeitszufuhr. Trinken Sie nur zuckerfreie Getränke ohne Kohlensäure
- ✓ nehmen Sie keine Zucker zu sich, zuckerhaltige Nahrungsmittel können zu Übelkeit, Erbrechen, Schweißausbrüchen im Rahmen des so genannten Dumpingsyndroms (krankhaft beschleunigte Magenentleerung) führen
- ✓ Achten Sie auf ausreichende Eiweißzufuhr– essen Sie zu jeder Mahlzeit Eiweiß
- ✓ Eine lebenslange Einnahme von Vitaminen und Mineralstoffen (Vitamin D, B12, Kalzium, Eisen) ist unbedingt notwendig
- ✓ Voraussetzung für eine erfolgreiche Behandlung ist eine dauerhafte Umstellung der Ernährungsgewohnheiten mit ausgewogener Ernährung, regelmäßigen Nachkontrollen (beim Chirurgen und Internisten) sowie Einhalten der ärztlichen Diätvorschläge, Anpassung der Medikamentendosierung und begleitenden Therapiemaßnahmen

**Bei Rötung, Schwellung, Fieber und ungewöhnliche Schmerzen kontaktieren Sie bitte umgehend den einweisenden Chirurgen, unsere Ambulanz oder den diensthabenden Chirurgen hier im Krankenhaus.**

**Tel:**