

„Nach der Nebenschilddrüsenoperation“

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

Sie haben Ihre Operation gut überstanden und befinden sich in der postoperativen Erholungsphase.

Mit diesem Informationsblatt möchten wir Sie über praktische Fragen zur Übergangsphase in Ihrer häuslichen Umgebung informieren.

Wann darf ich Duschen und Baden?

Duschen ist am Morgen des ersten ganzen Tages nach der Operation erlaubt.

Das spezielle Hydrokolloidpflaster ist bedingt wasserresistent und bietet auch einen gewissen mechanischen Schutz für die Wunde. Dieses wird vor Entlassung gewechselt und kann dann nach weiteren 3-4 Tagen entfernt werden. Danach können Sie weiterhin uneingeschränkt duschen bzw. Haare waschen. Schwimmbad oder Sauna können nach 10-14 Tagen wieder genutzt werden.

Wann darf ich Sport treiben?

Leichte Sportarten ohne Verletzungsrisiko (z.B. Walken oder Fahrradfahren in der Ebene) können nach ca. 1 Woche wieder aufgenommen werden. In den ersten beiden Wochen nach der Operation sollte ein starkes Überstrecken des Kopfes (z.B. beim Yoga oder Kontaktsportarten) vermieden werden. Nach Ablauf von 2 Wochen ist in der Regel eine volle körperliche Leistungsfähigkeit erreicht. Bis zur optimalen Einstellung der Schilddrüsenwerte kann eine geringe Einschränkung der Belastbarkeit vorliegen.

Wann darf ich in den Urlaub fahren?

Auto- oder Bahnfahrten sind direkt nach Entlassung möglich, eine Flugreise nach einer Woche. Aus Versicherungsgründen sollte jedoch auf das Führen eines Fahrzeuges bis zum Wiedererlangen einer normalen Beweglichkeit des Halses verzichtet werden.

Bei Fahrten in den „Süden“ ist ein Schutz der Wunde für drei Monate vor Sonnenbrand wichtig. Hier kann nach wenigen Tagen eine Sonnencreme aufgetragen werden oder Sie nutzen ein Halstuch. Ein kompletter Schutz der Narbe vor jeglicher Sonneneinstrahlung ist nicht erforderlich.

Wundbehandlung und Narbenpflege

Nach Entfernung des Hydrokolloidpflasters sollten Sie die Wunde zunächst noch trocken halten. Eine spezielle Wundbehandlung ist an sich nicht erforderlich. Die Narbe können Sie nach einer Woche mit einer Wund- und Heilsalbe pflegen. Eine spezielle Narbenpflege ist nicht erforderlich.

Eine Schwellung der Haut oberhalb der Narbe tritt bei fast allen Patienten wenige Tage nach der Operation auf und verschwindet mit der Zeit wieder (Stau von Lymphflüssigkeit). Auch eine deutliche Verhärtung der Wunde im Rahmen der Narbenbildung tritt meist nach ca. 4-6 Wochen auf. Hier kann eine Massage der Wunde ab 2 Wochen nach der Operation zu einer schnelleren „Lockerung“ des Gewebes führen. Bis zum vollständigen Abschluss der Narbenbildung dauert es ca. ½ bis 1 Jahr.

Telefonische Erreichbarkeit nach der Entlassung

Für telefonische Rückfragen nach der Entlassung sind wir tagsüber über das Sekretariat der Endokrinen Chirurgie (Tel. 0611-577-347) oder die Zentrale (Tel. 0611-577-0) für Sie erreichbar.

Außerhalb der regulären Dienstzeit können Sie bei dringenden Fragen auch die Bettenstationen B2 (Tel. 0611-577-334) oder D2 (0611-577-462) kontaktieren.

Falls noch Fragen unbeantwortet geblieben sind, zögern Sie nicht diese zu stellen!

Ihr Team der Endokrinen Chirurgie