

„Nach der Schilddrüsenoperation“

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

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

Einiges wird sich für Sie möglicherweise langfristig ändern, z.B. die Einnahme von Schilddrüsen-Tabletten, andere Dinge sind nur kurzfristig zu beachten.

Mit diesem Informationsblatt möchten wir Sie über die wichtigsten Dinge informieren.

Wann darf ich Duschen und Baden?

Duschen ist nach Entfernung der eingelegten Drainagen am Morgen des ersten Tages nach der Operation erlaubt. Es wird ein spezielles Pflaster genutzt, das die Wunde bis zur Fadenentfernung schützt. Nach der Fadenentfernung voraussichtlich nach 4-6 Tagen können Sie auch ohne Pflaster duschen. Schwimmbad oder Sauna können nach 10-14 Tagen wieder genutzt werden.

Wann darf ich Sport treiben?

Nach der Entfernung des Fadens können sie gerne wieder langsam mit Walken oder Fahrradfahren beginnen. Die ersten 2 Wochen nach der Fadenentfernung sollte jedoch ein starkes Überstrecken des Kopfes z.B. beim Yoga sowie Kontaktsportarten vermieden werden. Bis zur optimalen Einstellung der Schilddrüsenwerte kann eine geringe Einschränkung der Belastbarkeit vorliegen.

Was ist bei der Einnahme von Schilddrüsenhormonen zu beachten?

Das Schilddrüsenhormon in der Tablette ist mit dem körpereigenen Hormon identisch. Bei einer guten Einstellung sind daher keine Nebenwirkungen zu erwarten. Für das Wohlbefinden ist jedoch eine gute Einstellung (Ziel-TSH im Normalbereich) wichtig. Daher sollte etwa 4-6 Wochen nach der Operation eine Kontrolle der Schilddrüsenwerte (Blutentnahme zur Bestimmung des TSH-Wertes) und ggf. eine Anpassung der Dosierung erfolgen.

Für die gute Aufnahme der wenigen Mikrogramm des Schilddrüsenhormons, die in der Tablette enthalten sind, ist die Einnahme auf nüchternen Magen mit Wasser wichtig. Mit der nächsten

Mahlzeit muss mindestens 20min gewartet werden. Falls Sie einmal eine Tablette vergessen haben ist dies nicht schlimm. Hier einfach am nächsten Tag mit der Einnahme fortfahren. Da der Anteil des aufgenommenen Hormons von Hersteller zu Hersteller etwas variiert, sollte man diesen nicht wechseln.

Wann darf ich in den Urlaub fahren?

Eine Flugreise ist nach Fadenentfernung möglich. Auto- oder Bahnfahrten direkt nach Entlassung. 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.

Zuletzt etwas zur Wundbehandlung und Narbenpflege

Nach der Fadenentfernung können Sie ohne Pflaster duschen und die Wunde danach trocken tupfen. Die Narbe können Sie nach einer Woche mit einer Wund- und Heilsalbe pflegen. Eine spezielle Narbenpflege ist bei einer schlechten Wundheilung z.B. bei einer Neigung zur überschießenden Narbenbildung (Keloid) sinnvoll, kann aber natürlich alternativ verwendet werden.

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