

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient, liebe Angehörige,

bevor wir operieren, möchten wir Sie informieren, wie wir mit Ihnen zusammen für Ihre baldige Genesung sorgen. Wir setzen dabei auf das ERAS®-Behandlungskonzept (Enhanced Recovery after Surgery), das nachweislich schneller wieder fit für den Alltag macht.

Um dieses Ziel zu erreichen, arbeiten Chirurgen, Anästhesisten, Intensivmediziner, Therapeuten und Pflegekräfte vor, während und nach der Operation eng zusammen. Noch auf der Intensivstation helfen Physiotherapeuten Ihnen wieder auf die Beine. Diese frühe Mobilisierung und eine optimale Ernährung nach Konzepten, die Ernährungsberater individuell erstellen, lässt Sie schneller genesen.

Die Fäden für das interdisziplinäre und multi-professionelle Behandlungskonzept laufen bei der Koordinatorin, der ERAS®-Nurse zusammen. Sie ist die Kernperson des Teams und wird Sie während Ihres Krankenhausaufenthaltes begleiten. Durch Ihr Mitwirken können Sie Ihren Genesungsprozess positiv beeinflussen.

Kontakt: ERAS®-Nurse

Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf
Klinik für Allgemein-, Viszeral- und Thoraxchirurgie



Christine Fehrs

Gebäude Ost 10 (Hauptgebäude)
3. OG, Raum 03.8.040.1 zwischen den Stationen 3H / 3F
c.fehrs@uke.de

Telefon: +49 (0) 40 7410 - 55237

Telefonsprechzeiten
Montags bis Freitags: 7 bis 15 Uhr



ERAS®-Behandlungsprogramm

Für Ihre Genesung

Vor der Operation

Um Ihren Körper bestmöglich auf die bevorstehende Operation vorzubereiten, erhalten Sie die Tage vor der Operation zusätzlich zu Ihrer gewohnten Ernährung energie- und eiweißreiche Trinknahrung, welche Sie zwei Mal pro Tag zu sich nehmen sollten. Sie können am Tag vor der Operation noch normal Essen und Trinken. Der Narkosearzt wird Sie darüber informieren, ab wann Sie nüchtern bleiben müssen.

In der Regel können Sie feste Nahrung bis sechs Stunden vor dem geplanten OP-Termin und klare Flüssigkeiten bis zu zwei Stunden vor OP-Beginn zu sich nehmen.

Physiotherapie

Schon vor der Operation erlernen Sie mit unseren Physiotherapeutinnen und -therapeuten, wie Sie nach der Operation aufstehen und welche Atemübungen Sie nach der Operation selbstständig durchführen können.

Nach der Operation

Nach der Operation werden Sie im Aufwachraum (PACU24) oder auf der Intensivstation überwacht. Sobald Sie ausreichend wach sind, dürfen Sie Wasser sowie energie- und eiweißreiche Trinknahrung zu sich nehmen. Nach Möglichkeit werden Sie bereits im Aufwachraum das erste Mal aufstehen.

Neben anderen medizinischen Maßnahmen wird Ihnen ein Kaugummi angeboten. Durch das Kauen von Kaugummi wird die Produktion von Magensäure angeregt. Dies ist wichtig um die normale Funktion von Magen und Darm zu fördern.

Wenn Sie wieder auf Ihrer Station zurück sind, ist es wichtig, dass Sie sich ausreichend bewegen. Versuchen Sie sich möglichst viel außerhalb des Bettes aufzuhalten, indem Sie zum Beispiel am Tisch essen, im Lehnstuhl sitzen oder im Gang spazieren gehen. Setzen Sie sich als Ziel, täglich sechs Stunden außerhalb des Bettes zu verbringen. Die Pflegekräfte unterstützen Sie gern dabei.

Bewegung, aber auch die Ernährung nach der Operation sind wichtig, um Ihren Erholungsprozess positiv zu beeinflussen und das Risiko für Komplikationen zu reduzieren.

Die Therapie gegen Schmerzen und Übelkeit nach der Operation ist wichtig, damit Sie Ihren normalen Ablauf möglichst schnell wieder aufnehmen können. Sollten Sie trotz der Medikation Schmerzen oder Übelkeit verspüren, teilen Sie uns dies bitte sofort mit.

Das Patiententagebuch, welches Sie erhalten haben, soll Sie bei der Dokumentation ihrer Fortschritte unterstützen.

Die Pflegekräfte, die Ernährungsberater und die Physiotherapeuten werden Ihnen neben den Ärzten während des Aufenthaltes zur Seite stehen.

Die Entlassung

Etwa nach einer bis zwei Wochen können Sie nach Hause entlassen werden, sofern

- der Magen-Darm gut funktioniert
- Sie gut essen und trinken können
- Sie mögliche Schmerzen nicht belasten
- Sie Ihren Alltag weitgehend selbstständig gestalten können.

Da die Erholungsphase nach der Operation länger dauert als Ihr Aufenthalt bei uns, kann es sein, dass Sie einige Wochen brauchen, um Ihre alte Leistungsfähigkeit wieder zu erlangen. Sie können Ihre Erholung fördern, indem Sie zu Hause regelmäßig aktiv sind und beispielsweise Spaziergänge unternehmen. Sie dürfen sich frei bewegen, solange Sie keine stärkeren Schmerzen verspüren. Sonst schonen Sie sich oder suchen Ihren behandelnden Arzt auf.

Unser Sozialdienst berät Sie gern über eine Anschlussheilbehandlung (AHB).

Fragen und Probleme

Wenn Sie Fragen haben oder Probleme auftreten, zögern Sie nicht mit uns Kontakt aufzunehmen. Falls Sie nach der Entlassung stärker werdende Schmerzen, Fieber, anhaltende Übelkeit oder häufiges Erbrechen feststellen, nehmen Sie bitte Kontakt mit Ihrem behandelnden Arzt auf.

Wir werden Sie einen Monat nach der Entlassung zuhause telefonisch kontaktieren und uns nach dem weiteren Verlauf und Ihrem Befinden erkundigen.