

Wie Sie sich auf einen chirurgischen Eingriff vorbereiten:

Tipps, wie Sie Patienten unterstützen können, postoperative Wundinfektionen zu vermeiden



Was ist eine postoperative Wundinfektion?

Wir sind umgeben von Bakterien. Tatsächlich beherbergt unser Körper etwa 100 Billionen „freundliche“ Bakterien, auf die wir angewiesen sind, um zu überleben. Leider können einige Bakterien auch schädlich sein und Infektionen auslösen. Eine postoperative Wundinfektion kann auftreten, wenn diese schädlichen Krankheitserreger in die Inzision eindringen, die während der Operation vorgenommen wird.



Was sind die Symptome einer postoperativen Wundinfektion?

Die Symptome können Rötung, Schwellung oder Schmerzen um den Eingriffsbereich herum sein. Außerdem kann Fieber auftreten, und/oder die Operationswunde kann zu eitern beginnen. Dies kann während des gesamten Zeitraums von zwei bis drei Tagen nach dem Eingriff bis zur vollständigen Heilung der Operationswunde (üblicherweise nach zwei bis drei Wochen) geschehen.



Wie kann ich einer postoperativen Wundinfektion vorbeugen?

Glücklicherweise treten postoperative Wundinfektionen nicht sehr häufig auf und betreffen meistens nur die Haut. Aber manchmal können sie sich auch auf tieferliegende Gewebeschichten ausbreiten, wenn sie nicht behandelt werden. Ärzte und Pflegepersonal sind dafür ausgebildet, Ihr Infektionsrisiko so niedrig wie möglich zu halten. Es gibt allerdings ein paar Dinge, die Sie als Patient dazu beitragen können.



Vor dem Eingriff

1 Geben Sie Auskunft über Ihre Krankheitsgeschichte



Vor der Operation wird Ihr Arzt oder das Pflegepersonal mit Ihnen über Ihre Krankheitsgeschichte sprechen. Diese Informationen helfen dem Operationsteam, die Behandlung so auf Sie abzustimmen, dass ein sicherer Eingriff und eine schnelle Heilung gewährleistet werden. Sie sollten es Ihrem Arzt oder dem Pflegepersonal mitteilen, wenn Sie:

- ▶ Diabetiker sind
- ▶ rauchen
- ▶ Steroide nehmen
- ▶ vor Ihrer Operation eine lange Zeit im Krankenhaus verbracht haben
- ▶ vor Ihrer Operation eine Bluttransfusion hatten
- ▶ in der Vergangenheit eine Infektionen durch resistente Bakterien hatten

2 Hören Sie so bald wie möglich mit dem Rauchen auf



Raucher sind anfälliger für Infektionen und andere Komplikationen, die während einer Operation auftreten können. Je früher Sie mit dem Rauchen aufhören, desto besser ist Ihre Aussicht auf eine gute Heilung. Im Idealfall sollten Sie mindestens vier Wochen vor der Operation aufhören zu rauchen.

Wenn es Ihnen nicht möglich ist, sofort mit dem Rauchen aufzuhören, sollten Sie zumindest 48 Stunden vor dem Eingriff nicht mehr rauchen. Sie sollten auch nach der Operation das Rauchen so lange wie möglich unterlassen. Das wirkt sich allgemein positiv auf Ihre Heilung aus. Fragen Sie Ihre behandelnden Ärzte, falls Sie Unterstützung dabei brauchen, mit dem Rauchen aufzuhören – und wenn auch nur vorübergehend.

3 Gewöhnen Sie sich eine gesündere Lebensweise an



Eine Operation stellt für den Körper eine enorme Belastung dar. Nach dem Eingriff arbeitet Ihr Immunsystem besonders hart daran, Ihre Operationswunde zu heilen und Infektionen abzuwehren. Um die Schlagkraft Ihres Immunsystems zu erhöhen, sollten Sie Ihren Körper entsprechend stärken, indem Sie Folgendes tun:

- ▶ Sich ausgewogen ernähren und Nahrungsmittel zu sich nehmen, die reich an Vitaminen, Mineralstoffen und Proteinen sind.
- ▶ Regelmäßig Sport treiben, um Ihre Fitness zu steigern und die Muskelkraft zu erhalten.
- ▶ Übermäßigen Alkoholkonsum vermeiden. Selbst moderate Mengen an Alkohol können das Immunsystem schwächen und die Heilung verzögern. Achten Sie darauf, dass Ihr Arzt darüber informiert ist, wenn Sie Aspirin oder Aspirin-ähnliche Medikamente einnehmen, da diese die Wundheilung beeinträchtigen können.

4 Entfernen Sie keine Behaarung



Sie überlegen vielleicht, ob Sie vor dem Eingriff den Operationsbereich rasieren, wachsen, epilieren oder dort Haarentfernungscreme verwenden sollen. Bitte tun Sie das nicht! Das Entfernen der Haare kann vor der Operation Ihre Haut schädigen. Das schwächt den Schutz Ihres Körpers gegen Krankheitserreger. Wenn der Einschnitt an einer Stelle stattfinden soll, wo Sie regelmäßig Ihr Haar entfernen, unterbrechen Sie die Haarentfernung mindestens fünf Tage vor dem Eingriff. Dadurch haben winzige Schnitte und Hautverletzungen ausreichend Zeit zum Heilen.

Es ist möglich, dass Haare vor der Operation entfernt werden müssen, um dem Chirurgen eine freie Sicht auf den Operationsbereich zu ermöglichen. Wenn dies nötig sein sollte, wird ein Mitglied des Pflegeteams am Tag der Operation die Haare mit einer speziellen elektrischen Haarschneidemaschine entfernen, die für den medizinischen Einsatz entwickelt wurde.

Am Tag des Eingriffs

5 Duschen oder baden Sie am Tag Ihrer Operation



Duschen oder baden Sie heiß am Abend und/oder am Morgen vor der Operation. Verwenden Sie dabei einfache Seife. Ihr Arzt wird Sie vielleicht auch speziell anweisen, statt einfacher Seife eine antiseptische zu verwenden.

Blieben Sie nach der Dusche oder dem Bad unter der Bettdecke, um sich warm zu halten.

6 Halten Sie sich warm



Patienten, die vor, während und nach der Operation warmgehalten werden, widerstehen Infektionen besser als solche, die abgekühlt sind. Sie können sich selbst warm halten, indem Sie:

- ▶ zusätzliche Kleidung wie Hausschuhe, Bademantel, Weste oder andere warme Anziehsachen mitbringen
- ▶ nach zusätzlichen Decken fragen, um sich während des Transports von der Krankenstation zum Operationssaal warm zu halten
- ▶ das Patientenhemd, das Sie erhalten haben, solange wie möglich vor Beginn der Operation tragen, damit Sie nicht abkühlen
- ▶ das medizinische Personal jederzeit darauf aufmerksam machen, wenn Ihnen kalt ist

Das Krankenhauspersonal gibt Ihnen möglicherweise auch einen Wärmemantel, der sanft warme Luft über Ihre Haut bläst, um Ihre Körpertemperatur zu erhöhen.

7 Achten Sie auf saubere Hände



Hände, die sauber gehalten werden, verhindern die Ausbreitung schädlicher Keime, die Infektionen auslösen könnten. Bitten Sie auch die Menschen in ihrem Umfeld darum, ihre Hände sauber zu halten.

- ▶ Ihre Familienmitglieder und Freunde sollten vor und nach ihrem Besuch bei Ihnen ihre Hände mit Wasser und Seife oder einem Handdesinfektionsmittel auf Alkoholbasis reinigen. Wenn Sie nicht sehen, dass Ihre Besucher sich die Hände waschen, bitten Sie sie darum, dies zu tun
- ▶ Achten Sie auch darauf, dass das Sie behandelnde Krankenhauspersonal sich vor der Untersuchung die Hände wäscht – entweder mit Wasser und Seife oder mit einem Handdesinfektionsmittel auf Alkoholbasis



Nach dem Eingriff

8 Behalten Sie Ihre Operationswunde im Auge



Ihr Wundverband sollte für 48 Stunden nach dem Eingriff nicht entfernt werden, es sei denn, er nässt oder blutet durch. Sollte dies der Fall sein, sollten Sie beim Verbandswechsel um Hilfe bitten. Achten Sie darauf, dass sich jeder (einschließlich Sie selbst) vor dem Berühren der Wunde die Hände wäscht.

Baden, Saunagänge oder Schwimmen werden während der ersten beiden Wochen nach dem Eingriff üblicherweise nicht empfohlen. Erkundigen Sie sich bei Ihrem Arzt, ab wann der Kontakt Ihrer Wunde mit Wasser wieder sicher ist.

9 Informieren Sie sich über die Anzeichen einer postoperativen Wundinfektion – und suchen Sie gegebenenfalls Hilfe



Informieren Sie sich, bevor Sie nach Hause zurückkehren, an wen Sie sich wenden können, wenn Sie zu Hause Probleme oder Fragen haben. Halten Sie nach den folgenden Symptomen Ausschau:

- ▶ Die Haut um die Wunde herum wird rot, schwillt an, wird heiß oder beginnt zu schmerzen
- ▶ Aus Ihrer Wunde kommt eine grünliche oder gelbe Absonderung (Eiter)
- ▶ Sie fühlen sich allgemein unwohl oder fieberig, oder Ihre Körpertemperatur liegt über 38°C

Wenn Sie bei sich irgendein Symptom einer Infektion feststellen, wenden Sie sich sofort an Ihren Arzt.

3M United Kingdom PLC
Charnwood Campus
10 Bakewell Road
Loughborough
LE11 5RB
01509 611 611
www.3M.co.uk/medical

3M Ireland Ltd
The Iveagh Building
The Park, Carrickmines
Dublin D18 X015
Ireland
1 800 320 500
www.3M.ie

J434621. 3M is a trademark of the 3M company. © 3M 2018.

