



Gemeinschaftspraxis-Praxisklinik

Neurochirurgie

Gerhart/Kreuzpaintner/Spohr

Tel.: 085 1 / 4902890 — Fax: 085 1

Patientenleitfaden

Halsbandscheiben-OP

Liebe Patientin,
lieber Patient,

Sie werden an einem Halsbandscheibenvorfall operiert (bzw. einer knöchernen Enge im Halswirbelbereich). Möglicherweise sind Sie auch schon bereits vor einigen Tagen operiert worden, wenn Sie Gelegenheit haben werden, dies zu lesen. Zur Vorbereitung auf die Zeit nach der OP hier einige Informationen.

OP-Tag:

Nach der Operation sind Sie mit einer Infusion versorgt, die ein Schmerzmittel enthält. Sie haben die Kompressionstrümpfe auch im Bett an (in der Regel bis zum 3./4.Tag). Sie sollten nach der OP auf dem Rücken liegen (evtl. mit kleinem Nackenkissen). Häufige und

starke Bewegungen der Halswirbelsäule (HWS) sollten am OP-Tag noch vermieden werden, um die frisch operierte Wirbelsäule erst mal zur Ruhe kommen zu lassen. Ansonsten sollten Sie sich aber im Bett gleich wieder bewegen (Arme und Beine). Das ist wichtig, weil es das Thromboserisiko senkt.

Der Weg zur Toilette ist (wenn nicht ausdrücklich anderes gesagt) notfalls auch schon ca. 2 Stunden nach OP mit Hilfe gestattet. Mindestens beim ersten Mal sollte Sie eine Schwester/ein Pfleger begleiten. Sie dürfen jedenfalls nach ca. 6 Stunden erstmals aufstehen.

Wenn die Operation vom Nacken aus erfolgte, wundern Sie sich vielleicht, wenn Sie 3 Druckstellen am Kopf fühlen. Dies rührt von einer Halterung her, die den Kopf und die HWS beim Operieren „fixiert“ hat.

1 .Tag (nach OP):

Sie haben die ersten „Gehversuche“ schon bereits am OP-Tag unternommen und dürfen am Morgen erneut zum Waschen aufstehen (falls das noch sehr anstrengt, ist es im Sitzen sicher möglich). Viele Patienten haben anfangs etwas Probleme mit dem Kreislauf, das gibt sich wieder. Im Laufe des Tages dürfen Sie selbst zur Toilette gehen und auch immer wieder Spaziergänge auf dem Korridor machen.. Sie müssen keine dauernde Bettruhe mehr einhalten, sollten die HWS aber noch nicht zu sehr bewegen (evtl. sind Sie mit einer Halskrause versorgt).

2.Tag:

Wenn Sie nicht schon am Vortag wieder ganz mobil waren, sollten Sie jetzt ganz normal spazieren gehen — auch Treppensteigen. Bei zunehmenden Nackenschmerzen sollten Sie sich aber zwischendurch immer wieder hinlegen. Die frisch operierte Halswirbelsäule ist noch nicht so belastbar, der Kopf ist für sie jetzt doch noch relativ schwer. Die Stützmuskulatur muß sich erst wieder aufbauen.

Manche Halsbandscheibenpatienten haben in den ersten Tagen nach der Operation, vor allem, wenn sie

„von hinten“ durch die empfindliche Nackenmuskulatur erfolgte, doch noch mehr Nackenbeschwerden. Dies läßt sich aber in der Regel gut aushalten, wenn man merkt, daß die anderen Beschwerden weg sind (oder wenigstens nachlassen). Bei starken Nackenschmerzen kann auch ein Eisbeutel zwischendurch gute Hilfe leisten.

Bei Operationen „von vorn“ hat man meist weniger Wundschmerzen, hingegen oft ein vorübergehendes Kloßgefühl im Hals.

Wenn Sie nicht mit einer Halskrause versorgt sind und die HWS nicht ausdrücklich geschont werden soll, dürfen Sie den Hals jetzt zunehmend bewegen, aber nicht bis zur „Schmerzgrenze“. Versuchen Sie es vorsichtig. Die HWS ganz steif zu halten, ist erst recht nicht gut. Das richtige Mittelmaß ist wichtig.

3. und folgende Tage:

Bei reizloser Wunde ist auch Duschen jetzt erlaubt (hinterher neues Pflaster). Ab dem 3./4. Tag dürfen Sie in der Regel die Kompressionsstrümpfe weglassen. Wenn es im Krankenhaus möglich ist, können Sie ab dem 3. Tag auch täglich Bewegungsbäder machen.

Die Fäden werden um den 8. Tag nach der Operation entfernt (es kann durchaus sein, daß Sie dann schon längst wieder zu Hause sind. Dann wird es sicher auch Ihr Hausarzt gerne machen).

Wie die weitere Behandlung nach der Entlassung aussieht, muß für jeden einzeln geregelt werden (z.B. **Bewegungsbäder und Krankengymnastik ambulant** von zu Hause aus; **ambulante Reha** oder „**Kur**“).

Mit den besten Wünschen für eine baldige Genesung,

Ihre

Neurochirurgische

Gemeinschaftspraxis

Praxisklinik

Schießstattweg 60

94032 Passau