

**Patientenleitfaden**  
Bandscheibenoperation

Liebe Patientin, lieber Patient,

Sie werden ambulant an einem Bandscheibenvorfall operiert bzw. sind an einem Bandscheibenvorfall operiert worden, d. h. Sie werden nach über 1 2-stündiger Überwachung nach der Operation wieder nach Hause entlassen (am nächsten Morgen).

Wir haben die Zulassung zur Operation in sog. „ausgelagerten Praxisräumen“ am Krankenhaus in Vilshofen. Dort führen wir vorwiegend die ambulanten Bandscheibenoperationen durch. Zur Vorbereitung hier einige Informationen.

**Vorbereitung:**

Im Normalfall hat der Hausarzt die Operationsvorbereitung einige Tage vorher durchgeführt (Blutuntersuchungen, EKG etc.).

In aller Regel sollten Sie für 1 Woche die sog. „Bauchspritzen“ bekommen (zur Thromboseprophylaxe). Die erste Spritze sollte am Abend vor der Operation gegeben werden.

Wir rezeptieren normalerweise Fertigspritzen, die man sich leicht selbst geben kann.

Trinken Sie noch bis Mitternacht ausreichend. Dann sollten Sie nüchtern bleiben (nichts essen oder trinken, nicht rauchen).

**OP-Tag:**

Sie treffen morgens (i. d. R. gegen 8.00 Uhr) zur Operation im Krankenhaus Vilshofen ein. Nehmen Sie sich Ihre Waschutensilien und einen Schlafanzug mit. Vergessen Sie nicht die rezeptierten Medikamente (Heparin-Fertigspritzen, Tabletten) und die notwendigen Befunde mitzubringen (evtl. Laborbefunde, Blutgruppenausweis, EKG-Befund, Röntgenbilder, MRT/CT). Melden Sie sich zunächst mit Ihrer Versicherungskarte beim Pförtner und sagen Sie, daß Sie zur ambulanten Bandscheibenoperation kommen. Er wird ihnen das Weitere dann erklären.

Man wird Ihnen ein Bett zuweisen. Nachdem Sie ein Gespräch mit dem Narkosearzt hatten, werden Sie in der Regel am späteren Vormittag zum OP-Saal gefahren. Dann wird die Operation in Vollnarkose durchgeführt.

Nach der Operation werden sie im Aufwachraum, bzw. in der Aufnahmestation liegen. Sie sind mit einer Infusion versorgt, die ein Schmerzmittel enthält.

Sie sollen am OP-Tag auf dem Rücken liegen. Durch Ihr Körpergewicht wird die Wunde leicht komprimiert. Das wirkt blutstillend und verringert das Risiko einer Nachblutung. Drehbewegungen sollten am OP-Tag noch vermieden werden, um die frisch operierte Wirbelsäule erst mal zur Ruhe kommen zu lassen. Der Oberkörper soll in der Regel flach liegen (höchstens leicht angehoben). Diese „Bettruhe“ verleitet dazu „ganz stadt“ zu liegen. Das ist aber falsch. Bewegen Sie im Bett immer wieder Ihre Beine, „wackeln“ Sie mit den Zehen. Das ist wichtig, weil es das Thromboserisiko senkt.

**Neurochirurgische  
Gemeinschaftspraxis-Praxisklinik  
Gerhart/Spohr/Kreuzpaintner**  
Tel.: 0851/4902890 – Fax: 0851 / 4902899

Der Weg zur Toilette ist in den ersten Stunden nicht gestattet, das muß im Bett „erledigt“ werden. Sie dürfen am Abend dann mal mit Hilfe aufstehen, wenn die Operation ca. 5 Stunden zurückliegt und das Wasserlassen im Liegen zu große Schwierigkeiten macht.

**1. Tag (nach OP):**

Sie stehen am Morgen (mit Hilfe) auf und dürfen sich am Waschbecken waschen (dabei ist auch kurzes Sitzen erlaubt). Beim ersten Aufstehen sollte Sie eine Schwester/ein Pfleger begleiten. Denn viele Patienten haben dann etwas Probleme mit dem Kreislauf, das gibt sich wieder. Zum Frühstück (im Stehen) beginnen Sie jetzt mit der Einnahme der rezeptierten Medikamente (z.B. Diclofenac, Ibuprofen). Danach wird Sie Ihr Operateur gegen 9.00 Uhr noch einmal besuchen und untersuchen (Verband/Pflasterwechsel) Danach können Sie sich in der Regel von Ihren Angehörigen nach Hause bringen lassen. Sie sollten die Lehne des Autositzes etwas nach hinten absenken und evtl. ein Kissen in die Mulde zwischen Sitz und Lehne legen. Bei Fahrten über 30 min. sollten Sie Pausen einlegen (aussteigen und einige male um das Auto gehen).

Zu Hause angekommen, sollten Sie sich erst einmal wieder hinlegen.

Wenn Sie im Laufe des Tages auf die Toilette müssen, dürfen Sie das jetzt tun, aber dann wieder hinlegen.

Grundsätzlich sollten Sie aber am ersten Tag noch vorwiegend Bettruhe einhalten (im Bett die Beine immer wieder durchbewegen, wegen des Thromboserisikos).

Vergessen Sie am Abend nicht die „Bauchspritze“.

**2.Tag:**

Sitzen sollte in der ganzen ersten Woche nur auf das Nötigste beschränkt werden. Liegen, Gehen und Stehen sind ab Tag 1 zunehmend erlaubt. Machen Sie aber auch am 2. Tag noch nicht zu viel. Gehen Sie mal kurz auf und ab und „testen“ Sie, wie es Ihnen bekommt. Legen Sie sich dann wieder hin (noch keine Treppen steigen). Lieber öfter mal kurz aufstehen als einmal zu lange.

Wie man als frisch operierter Patient richtig aufsteht, sehen Sie in der „Gebrauchsanweisung“. Machen Sie aber gerade in den ersten Tagen nicht zu viel.

Sie sollen keine großen Beschwerden haben. Wenn zunehmend Rücken- oder Beinschmerzen auftreten, war es zuviel. Spätestens jetzt müssen Sie kürzer treten.

**3. und folgende Tage:**

Sie können sich jetzt — je nach Ihren Möglichkeiten - zunehmend mehr belasten und auch mal ein paar Stufen auf der Treppe gehen. Auch Duschen ist jetzt erlaubt (hinterher neues Pflaster).

Die Fäden werden um den 8.Tag nach der Operation entfernt (entweder durch den Hausarzt oder bei uns in der Praxis)..

Wie die weitere Behandlung aussieht, muß individuell geregelt werden (z.B. später **Bewegungsbäder und Krankengymnastik ambulant**, von zu Hause aus, **ambulante Reha** oder „Kur“ (AHB).

Mit den besten Wünschen für eine baldige Genesung,

Ihre  
Neurochirurgische  
Gemeinschaftspraxis - Praxisklinik