

# Beckenboden-Operationen

## Nachsorge und Rehabilitation



zertifiziert durch  
Deutsche Kontin  
Gesellschaft e.V.



Sehr geehrte Patientin,

bei Ihnen wurde eine Beckenboden-Operation durchgeführt. Mit diesem Schreiben wollen wir Ihnen einen Überblick über anschließende Untersuchungen und weitere Verhaltensempfehlungen an die Hand geben.

### Während des stationären Aufenthaltes

Im Allgemeinen werden der Harnröhrenkatheter und die Tamponade im Rahmen einer vaginalen Wundkontrolle durch einen Arzt

- bei Vaginalbändchen und Raffung der Scheide am ersten postoperativen Tag
- bei Beckenboden-Netzen oder innerem Hochzug der Blase am zweiten postoperativen Tag

entfernt.

Vor Entlassung wird eine Ultraschalluntersuchung der Blase auf Restharn vorgenommen.

### Medikamente nach der Operation

Gelegentlich bestehen vorübergehend Schmerzen im Wundbereich, die im Allgemeinen aber gut auf Schmerzmittel ansprechen. Entsprechende Medikamente erhalten Sie durch uns bzw. werden im Entlassungsbrief schriftlich empfohlen. Ein Antibiotikum ist meist nicht notwendig.

### Einschränkungen nach der Operation

Duschen ist ab dem 3. Tag nach der Operation erlaubt.

Es wird dringend empfohlen, sich für mindestens 6 Wochen körperlich zu schonen (Verzicht auf z.B. Joggen, Radfahren, Sauna, Schwimmen, schweres Heben). Belastung bitte nur bis ca. 5kg, Vermeiden von übermäßigem Spreizen der Beine (Spagat).

Ebenfalls sollte in diesem Zeitraum auf Geschlechtsverkehr verzichtet werden.

Nach ca. 6 Wochen ist das eingebrachte Band bzw. Netz ausreichend fest in die Umge-

bung eingewachsen und somit der Heilungsprozess in aller Regel weit fortgeschritten. Nun kann die Belastung auf ca. 10kg ausgeweitet werden.

Nach 3 Monaten ist der Heilungsprozess komplett abgeschlossen und eine volle Belastbarkeit ist gegeben.

**Physiotherapie:** Wir bitten, etwaige Beckenbodengymnastik auszusetzen und erst nach Abschluß der Wundheilung wieder zu beginnen.

### **lokale Östrogenierung**

Wenn keine medizinischen Gründe dagegensprechen, empfehlen wir zweimal pro Woche eine lokale Östrogenbehandlung der Scheide (Creme oder Zäpfchen). Eine schriftliche Empfehlung steht im Entlassungsbrief.

### **Kontrolltermine**

3 Wochen und 3 Monate nach Entlassung aus dem Krankenhaus soll eine Kontrolluntersuchung in unserer Beckenbodensprechstunde erfolgen. Am besten machen Sie hierfür während des stationären Aufenthalts einen Termin in unserer Ambulanz aus. Nach Entlassung ist eine telefonische Terminvereinbarung unter 04488-50-2570 möglich.

### **Krankschreibung**

Für den Zeitraum der stationären Behandlung erfolgt die Krankschreibung gerne durch uns. Nach Entlassung wenden Sie sich hierfür bitte an Ihren Hausarzt oder Urologen.

Wir wünschen Ihnen  
eine rasche Genesung und  
eine gute Besserung Ihrer Beschwerden

Ihr Team der Urologie der Ammerlandklinik