

Herzchirurgie

INFORMATIONEN FÜR PATIENTEN UND IHRE ANGEHÖRIGEN



**Abteilung Herzchirurgie
Spitalzentrum des französischsprachigen Wallis**



Hôpital du Valais
Spital Wallis

www.hopitalvs.ch | www.spitalvs.ch



ZUSAMMENFASSUNG

EINLEITUNG	4
IHR AUFENTHALT IM KRANKEHNHAUS	5
1. Vor dem chirurgischen Eingriff	5
2. Nach der Operation und Intensivstation	5
3. Aufenthalt auf der Abteilung Kardiologie	6
3.1 Schmerzen, trockener und tauber Halsrachenbereich	6
3.2 Mobilisation	7
3.3 Atemphysiotherapie	7
3.4 Pflege von Wunden und Schwellungen der Beine (bei Bypass-Operation) .	11
3.5 Ernährung und fehlender Appetit	11
3.6 Emotionale Veränderungen	11
3.7 Schlafstörungen, Alpträume, nächtliches Schwitzen, Gedächtnisstörungen	12
3.8 Ausscheidung	12
RÜCKKEHR NACH HAUSE	13
1. Vorbereitungen	13
2. Mobilisation	14
2.1 Tägliche Übungen	14
2.2 Sportliche Aktivitäten	14
2.3 Schlaf und Erholung	15
2.4 Hausarbeit	15
2.5 Autofahren	16
2.6 Reisen	16
2.7 Sexualität	16
2.8 Die Wiederaufnahme der Arbeit	16
3. Ernährung	17
4. Stimmungsschwankungen	18
5. Wundpflege und Körperpflege	19
FAZIT	20
REFERENZEN	22

EINLEITUNG

Sicherlich haben Sie einen Haufen Fragen zum Aufenthalt im Krankenhaus, der anstehenden Operation, der Rehabilitation und die Rückkehr nach Hause: Wie wird mein Spitalaufenthalt ablaufen? Wie sieht der Verlauf nach der Operation aus? Was darf ich nach dem Aufenthalt im Krankenhaus machen oder was sollte ich vorübergehend unterlassen? Auf was sollte ich achten, um meine Blutgefässe, mein Herz und meine Gesundheit zu schützen ?

Diese Informationsbroschüre wurde erarbeitet, um Ihnen und Ihren Angehörigen die verschiedenen Schwierigkeiten und Problemen nach einer Operation am Herzen aufzuzeigen. Sie bietet Ihnen Tipps, um Ihren Gesundheitszustand zu verbessern und bereitet Sie auf den Krankenhausaufenthalt vor. Wir hoffen, dass Ihnen diese Broschüre den Aufenthalt im Krankenhaus und den Austritt nach Hause erleichtern wird.

Die ungefähre Aufenthaltsdauer im Krankenhaus nach der Operation beträgt 7 bis 10 Tage. Darauf folgt ein Aufenthalt in einem stationären oder ambulanten kardiologischen-Rehabilitationszentrum.

Natürlich sind unsere Pflegefachpersonen, sowie das medizinische und multidisziplinäre Team für Sie da, um Fragen zu beantworten und Ihnen während Ihrem Aufenthalt auf der kardiologischen Abteilung die besten Bedingungen zu schaffen.

Unsere Kontaktdaten :

Abteilung Kardiologie

Spital Wallis

Avenue du Grand Champsec 80

1951 Sion

T 027 603 46 65

IHR AUFENTHALT IM KRANKEHNHAUS

1. Vor dem chirurgischen Eingriff

Am Vortag Ihrer Operation, zu der verabredeten Zeit, werden Sie sich an der Rezeption / Patientenaufnahme vorstellen, wo Ihre Kontaktdaten aufgenommen werden. Im Anschluss wird Sie die Rezeptionistin auf die kardiologische Station begleiten, auf welcher Sie Ihr Zimmer bis zur Operation beziehen werden.

Wir empfehlen Ihnen, nur die notwendigsten Dinge mitzunehmen (Toilettenartikel, Hörgeräte, Zahnprothese, Brille, Hausschuhe und gegebenenfalls Bademantel).

Den Rest Ihrer persönlichen Sachen, darf Ihnen nach der Operation gerne von Familienangehörigen von zu Hause gebracht werden. Wenn möglich vermeiden Sie es Wertgegenstände wie Schmuck oder Geld ins Krankenhaus zu bringen. Die Direktion übernimmt keine Haftung im Falle von Diebstahl oder Verlust.

Die Pflegefachpersonen bereiten Sie auf den chirurgischen Eingriff vor und organisieren die notwendigen Untersuchungen vor der Operation und Sie werden auf den Chirurgen treffen, welcher die Operation durchführen wird.

Am Abend erhalten Sie ein leichtes Abendessen und ab Mitternacht müssen Sie nüchtern bleiben.

Am Operationstag erhalten sie ca. eine Stunde vor dem Eingriff ein Beruhigungsmittel und werden anschliessend mit dem Bett zum Operationssaal begleitet. Ein herzchirurgischer Eingriff dauert im Schnitt zwischen drei und sechs Stunden.

2. Nach der Operation und Intensivstation

Nach dem chirurgischen Eingriff, verbringen Sie ungefähr 24 Stunden auf der Intensivstation.

Einige Stunden nach dem Eingriff werden Sie bereits aufwachen. Sie werden nach dem Aufwachen verschiedene Drainagen, Schläuche und Kabel bemerken, welche während der Operation platziert wurden. Der Beatmungsschlauch in Ihrer Luftröhre wird entfernt, sobald Sie vollständig wach und ansprechbar sind.

Die Thoraxdrainage, die Perikarddrainage und die Retrosternaldrainage werden ein bis zwei Tage nach der Operation entfernt, sobald sie keine Wundsekrete mehr fördern. Es werden Ihnen Schmerzmedikamente verabreicht. Die Narkose kann ein Gefühl von Müdigkeit verursachen und möglicherweise den Verlust Ihres Zeitgefühls. Letzteres wird jedoch schnell wieder verschwinden. Wenn Sie auf der Narkose aufwachen, werden Sie verschiedene Töne von Überwachungsgeräten und von Pumpen hören, welche Sie mit Medikamenten versorgen. Diese Geräusche sollten Sie nicht verunsichern.

3. Aufenthalt auf der Abteilung Kardiologie

Nach Ihrem Aufenthalt auf der Intensivstation, werden Sie mehrere Tage auf der kardiologischen Überwachungsstation verbringen und anschliessend werden sie auf die kardiologische Abteilung verlegt.

In den ersten Tagen wird Ihre Selbstständigkeit eingeschränkt sein. Dies ist normal und Sie werden rasch Fortschritte machen.

3.1 Schmerzen, trockener und tauber Halsrachenbereich

Die ersten Tage nach der Operation ist es normal, dass Sie Schmerzen, ein Steifheitsgefühl und ein Taubheitsgefühl an der Operationsnarbe, der Brust, den Schulter, im Nacken und im Rücken spüren werden. Diese Symptome sind auf die Wunde, die Öffnung des Brustkorbes und die Position während der Operation zurück zu führen. Es ist wichtig, dass Sie Schmerzen den Pflegefachpersonen mitteilen, damit diese durch Schmerzmedikamente gelindert werden können, denn der Schmerz kann die Heilung verzögern. Es gibt kein Risiko von psychischer oder physischer Abhängigkeit.

Manchmal kann man auch eine Taubheit und ein Kribbeln in den Händen und der Brust auftreten, die ist normal und wird mit der Zeit verschwinden.

Während der Operation wird ein Beatmungsschlauch in die Luftröhre gelegt. In den folgenden Tagen, kann es dazu kommen, dass Sie das Gefühl eines trockenen und wunden Halses haben können. Wir empfehlen Ihnen Lutschtabletten und kaltes Wasser zu trinken, um dieses Empfinden zu lindern.

3.2 Mobilisation

Normalerweise werden Sie am Folgetag Ihrer Operation, wenn es Ihr Zustand zulässt bereits für die Mahlzeiten und die Körperpflege mobilisiert.

In den ersten Tagen werden Ihre Beine bei der Mobilisation mit Stützstrümpfen eingebunden, um den venösen Rückfluss des Blutes zu optimieren und um Ödeme (Wassereinlagerungen in den Beinen) zu minimieren.

Wenn Sie die Überwachungsstation verlassen und in ein Zimmer auf der kardiologischen Station verlegt werden, ist es wichtig, dass Sie sich regelmässig bewegen um Atem- und Kreislaufkomplikationen vorzubeugen. Zuerst mit dem Physiotherapeuten und anschliessend mit Ihrem Besuch oder alleine.

Im Liegen wird empfohlen, sich in den ersten Wochen nicht auf die Seite zu drehen. Es empfiehlt sich daher auf dem Rücken zu schlafen, um die Narbe und das Brustbein zu schützen.

3.3 Atemphysiotherapie

Während Ihrem Spitalaufenthalt werden Sie täglich ein oder zwei Besuche eines Physiotherapeuten haben.

In den ersten Tagen, werden Sie mehr Schleim als sonst in den Bronchien und den Atemwegen haben. Daher ist es wichtig, tiefe Atemzüge zu machen und das Respiro (Spirometer) zu verwenden, um die Sekrete aus den Bronchien zu lösen und abzu husten. Wenn Sie Husten ist es zu dem Wichtig, dass sie Ihre Brust mit einem kleinen Kissen gut stützen. Ihnen werden einige Übungen gezeigt, welche das Abhusten von Sekreten erleichtern sollen.

Zwerchfellatmung :

Platzieren Sie die Hände auf den Bauch, machen Sie einen tiefen Atemzug durch die Nase in den Bauch und halten Sie die Luft für 2 bis 3 Sekunden an und atmen Sie durch den Mund mit gespitzten Lippen (als ob man eine Kerze auspusten möchte) wieder aus. Wiederholen Sie diese Übung 10 mal.



Brustatmung :

Legen Sie die auf jeder Seite der Brust ab, nehmen Sie einen tiefen Atemzug durch die Nase (die Hände sollten sich mit den Bewegungen der Rippen anheben) halten Sie die Luft für 2 bis 3 Sekunden an und atmen Sie langsam durch den Mund mit gespitzten Lippen wieder aus. Wiederholen Sie diese Übung 10-mal.



Sie werden ein Respiflo (Spirometer) erhalten, um Atemübungen durchzuführen und somit Ihre Atemkapazität zu erhöhen.

Gebrauch des Respiflo :

Nehmen Sie den Schlauch in den Mund, atmen Sie langsam durch den Mund ein und versuchen Sie mit der Inspirationsanstrengung (Anstrengung durch das Einatmen) den Ball an der Spitze so lange wie möglich zu halten und wiederholen Sie dies 10-mal pro Stunde.



Gebrauch des Kissens :

Halten Sie das Kissen auf die Brust und überkreuzen Sie die Arme darüber. Wenn Sie kein Kissen haben, können Sie ganz einfach die Arme überkreuzen und die Ellbogen mit den Händen an Ihr Brustbein drücken. Durch das Kissen oder die Technik ohne Kissen, werden Schmerzen beim Husten, der Mobilisation und beim Lachen reduziert.



CPAP : nicht invasive Lungenbelüftung :

Dies ist eine durch ein Gerät erzeugte technische Hilfe zur Atemunterstützung mittels einer Gesichtsmaske. Das Ziel ist es eine Atelektase (Zusammenfallen der Alveolen) zu minimieren oder zu behandeln und den Gasaustausch ZU verbessern. Die Therapie mit diesem Gerät wird durch den Physiotherapeuten oder das Pflegefachpersonal durchgeführt.



All diese Übungen haben zum Ziel, die Sekrete in den Lungen zu lösen und Ihre Atemkapazität zu erhöhen und somit Komplikationen der Atemwege zu vermeiden.

Der Physiotherapeut kann auch Massagen im Bereich des Rückens, des Nackens und der Schultern durchführen, um Ihre Muskeln zu entspannen und um somit Schmerzen zu reduzieren.

3.4 Pflege von Wunden und Schwellungen der Beine (bei Bypass-Operation)

Der Verbandwechsel wird alle 2 Tage durchgeführt, oder wenn nötig häufiger. Wenn die Operationsnarben gut verheilt sind, müssen sie nicht mehr durch einen Verband geschützt werden.

Für Frauen ist es ratsam, bereits in den ersten Tagen nach der Operation einen BH zu tragen.

Wenn eine Vene aus dem Bein für die Bypass-Operation entnommen wurde, können Schwellungen und Blutergüssen auftreten, welche lange andauern. Lagern Sie Ihre Beine beim Sitzen hoch und machen Sie regelmässig Übungen um die Blutzirkulation zu verbessern.

3.5 Ernährung und fehlender Appetit

Bereits am Folgetag Ihrer Operation dürfen Sie essen und trinken. Zu Beginn werden dies kleine Portionen sein.

Zu Beginn ist eine Appetitlosigkeit üblich. Es ist wichtig, dass Sie bei jeder Mahlzeit versuchen etwas zu essen, damit Sie Kraft tanken können und damit Sie die Narbenheilung fördern und das Immunsystem stärken.

Machen Sie das Pflegepersonal auf Ihre Vorlieben und Abneigungen in Bezug aufs Essen aufmerksam, damit wir Ihre Mahlzeiten anpassen können.

3.6 Emotionale Veränderungen

Während dem Aufenthalt im Krankenhaus oder zu Hause können Stimmungsschwankungen auftreten. So fühlen Sie sich an einem Tag gut und am nächsten Tag fühlen Sie sich antriebslos, müde und gereizt. Diese Stimmungsschwankungen sind normal und können durch die Anästhesie, Medikamente, den Stress der Operation oder durch Schlafmangel verursacht werden. Sie werden nach und nach verschwinden wenn Sie Ihre normalen Aktivitäten wieder aufnehmen.

Versuchen Sie sich auf Ihre Fortschritte zu konzentrieren und sprechen Sie über Ihre Gefühle.

3.7 Schlafstörungen, Albträume, nächtliches Schwitzen, Gedächtnisstörungen

Nach dem chirurgischen Eingriff und durch die Einnahme von Medikamenten, die Sie erhalten, ist es möglich, dass Sie unter Gedächtnisstörungen, Albträumen und nächtlichem Schwitzen leiden können. Diese Symptome werden aber allmählich verschwinden.

3.8 Ausscheidung

In der Regel dauert es ein paar Tage, bis sich Ihr Stuhlgang wieder normalisiert. Ihr Verdauungssystem ist durch verschiedene Medikamente, die Anästhesie und den Bewegungsmangel in einen Ruhezustand versetzt worden und dadurch können Verstopfungen auftreten. Bevorzugen Sie faserreiche Lebensmittel (Vollkornbrot zum Frühstück), Obst und Gemüse und denken Sie daran genügend Wasser zu trinken (es sei denn, Ihnen wurde empfohlen die Wasseraufnahme zu begrenzen).

Wenn die Verstopfungen länger anhalten, fragen Sie das Pflegepersonal nach Laxativen (Abführmittel).

RÜCKKEHR NACH HAUSE

Nach ungefähr 7 bis 10 Tagen Krankenhausaufenthalt werden Sie nach Hause entlassen und beginnen die Rehabilitation. Sicherlich werden Sie glücklich sein, wieder nach Hause zu gehen, aber auch ein wenig gestresst sein in der Vorstellung ohne medizinische Überwachung und ohne medizinischen Rat zu Hause zu sein.

Die Rehabilitation ist eine Übergangszeit zwischen der Operation und der Rückkehr zur Arbeit und anderen normalen Aktivitäten und Tätigkeiten. Die Dauer der Reha liegt normalerweise zwischen 6 Wochen und 3 Monaten.

Die Wahl der passenden Rehabilitationseinrichtung für Sie wählen Sie mit Ihrem Chirurgen aus.

- Ambulante kardiologische Rehabilitation in der SUVA :
T 027 603 86 86
- Stationäre Rehabilitation in der Walliser Lungenklinik in Montana :
T 027 603 81 70

Die ambulante Rehabilitation beginnt 3 bis 4 Wochen nach der Operation. In der Zwischenzeit zögern Sie nicht, die kardiologische Abteilung im Krankenhaus bei Fragen zu kontaktieren 027/603.46.65

1. Vorbereitungen

Am Tag Ihrer Entlassung erhalten Sie folgende Dokumente:

- Einen Austrittsbericht für Ihren Hausarzt
- Die Medikamente, welche Sie einnehmen müssen (mit dem Rezept für die Apotheke)
- Ein Rendez-vous bei Ihrem Herzchirurgen
- Ein Rendez-vous bei Ihrem Kardiologen
- Ein Rendez-vous für die Rehabilitation in der SUVA-Klinik

2. Mobilisation

2.1 Tägliche Übungen

Zu Hause angekommen, ist es wichtig einen normalen und gesunden Lebensstil aufzunehmen.

Hier einige Tipps :

- Führen Sie die Atemübungen, welche Sie im Krankenhaus erlernt haben noch für etwa drei Wochen weiter aus.
- Unternehmen Sie täglich einen Spaziergang an der frischen Luft. Wenn Sie ausser Atem oder müde sind, machen Sie eine kleine Pause und gehen Sie danach weiter.
- Planen Sie Ihre Aktivitäten über den ganzen Tag, so dass Sie nicht das Gefühl haben gestresst zu sein.
- Essen Sie drei Mahlzeiten pro Tag.
- Vermeiden Sie Aktivitäten 1 Stunde nach den Mahlzeiten, weil das Herz mehr arbeiten muss, um die Nahrung zu verdauen.
- Teilen Sie Ihre Gefühle mit Ihren Angehörigen und holen Sie sich falls erforderlich Hilfe.
- Erinnern Sie sich beim Husten Ihren Thorax zu schützen, indem Sie die Hände über Kreuz legen und mit den Händen Ihre Ellenbogen auf die Brust drücken.

2.2 Sportliche Aktivitäten

Nach Ihrer Rückkehr nach Hause ist es wichtig, dass Sie regelmässig körperliche Aktivitäten ausüben. Führen Sie progressive Aktivitäten, je nach Ihrem Zustand von Erschöpfung und Schmerzen durch.

Intensive Aktivitäten wie z.B. Tennis, Fussball, Radfahren oder Schwimmen sollten für ca. 6 Wochen vermieden werden.

Wenn sie möchten, können Sie an einem organisierten Herz-Rehabilitationsprogramm in der SUVA teilnehmen. Diese Reha findet während 10 Wochen (3 Vormittage pro Woche) statt und bietet eine kontrollierte und personalisierte körperliche Aktivität an.

2.3 Schlaf und Erholung

Wenn Sie nach Hause zurück kehren, werden Sie sich oft müde fühlen. Dies ist normal und wird nach und nach verschwinden. Versuchen Sie, so viele Stunden wie üblich zu schlafen. Wenn Sie Schmerzen empfinden, nehmen sie etwa 30 Minuten vor dem Schlafengehen ein Schmerzmedikament ein, um eine angenehme Nacht zu verbringen. Sie können auch entspannende Musik hören, um besser schlafen zu können.

Planen Sie ein Nickerchen während des Tages ein, wenn Sie vorhaben später schlafen zu gehen.

Planen Sie sich während des Tages 2 Entspannungsperioden von 20 bis 30 Minuten ein. Sie müssen sich nicht schlafen legen, aber entspannen Sie.

2.4 Hausarbeit

Im ersten Monat nach der Operation können Sie leichte Aufgaben im Haushalt ausführen (Tischdecken, Abwasch..) welche Ihnen keine Schmerzen verursachen und keinen Druck auf den Thorax ausüben.

Zu unterlassen während 6 bis 8 Wochen :

- Heben von Gegenständen, welche mehr als 10 kg wiegen (heben Sie Gewichte mit beiden Händen und vermeiden Sie Druck auf den Thorax).
- Druck auf den Brustkorb (z.B. versuchen, ein Fenster zu öffnen, dass klemmt, einen fest verschraubten Deckel zu öffnen).
- Ziehen oder stossen von schweren Gegenständen.
- Arme über dem Kopf halten (z.B. Zum Fensterputzen oder Wäsche aufhängen).

Nach 2 Monaten sollte Ihr Thorax verheilt sein und Sie können Aktivitäten, welche viel Kraft in den Armen erfordern wieder aufnehmen.

Nach 3 Monaten, können Sie alle Aktivitäten ausführen, welche Sie vor Ihrer Operation erledigt haben.

2.5 Autofahren

Grundsätzlich sollten Sie mindestens 3 bis 4 Wochen warten, bis Sie im vollen Besitz Ihre Reflexe sind und keine Schmerzen in der Brust spüren. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt.

Wenn Sie eine Reibung durch den Sicherheitsgurt auf der Operationsnarbe verspüren, legen Sie daran, ein Tuch zwischen den Thorax und den Sicherheitsgurt.

2.6 Reisen

Normalerweise können Sie bereits 2 Wochen nach der Operation fliegen. Wenn jedoch die Reise lang und beschwerlich ist, ist es besser, auf Ihre vollständige Genesung zu warten. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt.

2.7 Sexualität

Sexuelle Beziehungen sind nicht gefährlich, wenn Sie sich bereit fühlen. Vermeiden Sie nur das Gewicht Ihres Körpers auf den Armen zu tragen, um den Thorax zu entlasten.

Wir wissen, dass der durchschnittliche Aufwand in intimen Beziehungen 2 Etagen laufen ist oder zu Fuß schnell über eine Entfernung von 500 Meter zu laufen.

Wenn Sie Zweifel haben oder nicht bereit sind, und/oder Medikamente gegen erektile Dysfunktion verwenden möchten, wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt.

2.8 Die Wiederaufnahme der Arbeit

In der Regel können Sie Ihre berufliche Tätigkeit etwa 3 Monate nach der Operation wieder aufnehmen. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Chirurgen.

3. Ernährung

Zu Hause angekommen, ist es wichtig zu wissen, wie Sie Ihre Ernährung wählen und überwachen, damit sie für eine gute Gesundheit beiträgt.

Einige Grundsätze :

- Bevorzugen Sie eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung. Achten Sie auf Signale von Hunger und Sättigung ; vermeiden Sie Naschen.
- Bevorzugen Sie eine ballaststoffreiche Ernährung, um Ihr Cholesterin zu senken (z.B. Obst, Gemüse, Vollkornprodukte, Hülsenfrüchte, Gemüsesuppe, Salat,...).
- Wenn Sie Fett zu sich nehmen, achten Sie darauf, ungesättigte Fette und Omega-3, zu verwenden, um schlechtes Cholesterin zu reduzieren und erhöhen Sie das gute Cholesterin (z.B. Olivenöl, Rapsöl , weißes Fleisch ohne Haut, Fisch, Magermilch,...).
- Vermeiden Sie zu viel Salz zu essen, und Ihren Blutdruck zu senken ; verwenden Sie Kräuter und Gewürze zum Würzen Ihrer Speisen (z.B. Thymian, Rosmarin, Paprika, Knoblauch, Zwiebeln, Petersilie,...).
- Vermeiden Sie zu viel Zucker, um Ihren Blutzuckerspiegel und Ihr Gewicht zu senken. Maximum eine Süßspeise pro Tag.
- Vermeiden Sie eine zu strikte Diät, variieren Sie in der Menge oder in die Wahl der Lebensmittel.
- Verzehren Sie nicht mehr als 2 Gläser Alkohol pro Tag bei Männern und nicht mehr als 1 Glas bei Frauen. Trinken Sie mindestens 1.5 Liter Wasser pro Tag.
- Kontrollieren Sie Ihr Gewicht ein Mal pro Tag während einem Monat, weil Sie zu Wassereinlagerungen neigen.

Wenn Sie wünschen, kann Ihnen Ihr Chirurg eine Konsultation bei einer Ernährungstherapeutin vereinbaren (wird von der Krankenkasse übernommen).

Die untenstehende Tabelle gibt einen Überblick über den täglichen Bedarf :

ERNÄHRUNGSPYRAMIDE



4. Stimmungsschwankungen

In den ersten Wochen nach einer Herzoperation, ist es durchaus möglich, dass Sie erhebliche Stimmungsschwankungen haben. Sie können Erleichterung als auch Traurigkeit, Reizbarkeit oder Müdigkeit spüren.

Einige Tipps die Ihnen helfen können :

- Sprechen Sie über Ihre Gefühle mit Ihren Angehörigen und Freunden.
- Nehmen Sie Hobbies und Aktivitäten wieder auf.
- Unternehmen Sie sportliche Aktivitäten.

5. Wundpflege und Körperpflege

Zur Förderung der richtigen Heilung Ihrer Wunden, ist es notwendig, diese zu überwachen.

- Reinigen Sie Ihre Operationswunde täglich mit einer milden Seife, spülen Sie die Seife mit lauwarmen Wasser ab und tupfen Sie anschliessend die Wunde trocken.
- Benutzen Sie kein Parfüm, Creme oder Puder auf der Wunde.
- Solange es Krusten und / oder kleine Mengen an Sekret aus der Wunde fliessen, gehen Sie nicht ins Schwimmbad oder in die Sauna, und vermeiden Sie Bäder.
- Wenn ein durchsichtiges oder leicht rosa Sekret aus der Wunde fliesst, waschen Sie die Wunde weiterhin mit Seife und legen Kompressen unter Ihre Kleidung, um diese zu schützen.
- **Wenn Ihre Wunde, schmerzhaft, rot und heiss wird kontaktieren Sie Ihren Arzt !**
- **Wenn aus Ihrer Wunde gelblich, grünlich und/oder stinkende Sekretionen austreten suchen Sie Ihren Arzt auf !**
- **Wenn Ihre Temperatur während mehr als 24 Stunden über 38°C ist, kontaktieren Sie Ihren Arzt !**

5.1 Schmerzen

Jede Person nimmt Schmerzen unterschiedlich stark wahr, aber bei allen nimmt der Schmerz nach einer gewissen Zeit ab.

Die Schmerzen im Thoraxbereich dauern ca. 2 Monate.

Die muskulären Schmerzen am Hals und an den Schultern können durch verschiedene Übungen und Massagen vermindert werden.

Rufen Sie Ihren Arzt an, wenn :

- **Sie dieselben Schmerzen wie vor der Operation verspüren (Druckgefühl in der Brust, Schmerzen bei tiefer Atmung, Kurzatmigkeit trotz Ruhepausen,...).**
- **Sie schwere Palpitationen (Herzrasen) verspüren mit Schmerzen welche länger als 30 Minuten andauern.**

FAZIT

Die Operation an den Koronararterien kann Ihre Gesundheit verbessern, aber nicht Ihre Krankheit heilen. Die Krankheit, die Sie haben, die Arteriosklerose ist skalierbar. Es ist daher wichtig, auf die kardiovaskulären Risikofaktoren zu arbeiten und die Medikamente, welche von Ihrem Arzt verordnet wurden, weiter ein zu nehmen. Diese letzte Bemerkung gilt auch für Patienten mit einer Herzklappenoperation.

Für nicht dringliche Fragen, rufen Sie an :

- Ihren Hausarzt
- Pflegefachpersonal der Herzchirurgie :
T 027 603 46 65

Für dringende Fragen, rufen Sie an :

- Bereitschaftsarzt unter der Nummer : T 0900 144 033
(0.50 CHF pro Anruf + 2.- CHF pro Minute. Tarif vom Festnetz)



REFERENZEN

Savoir plus – manger mieux <http://www.sge-ssn.ch>

Opération du cœur – et ensuite? Brochure d'information à l'intention du patient/Fondation Suisse de Cardiologie. www.swissheart.ch

Maritime Heart Center <http://www.medicine.dal.ca/surgery/mhc>

La nutrition est critique après une chirurgie cardiaque
<http://www.articles4health.info>

Récupération après une chirurgie cardiaque <http://betteronlinehealth.com>

Subir une intervention cardiaque <http://patinfo.uzbrussel.be/FR/index.html>

Pyramide alimentaire <http://www.sge-ssn.ch/fr/toi-et-moi/boire-et-manger/equilibre-alimentaire/pyramide-alimentaire/>

Vademecum de l'opéré du cœur <http://www.educationcoeur.be/fr/pdf/livret-opere-du-coeur.pdf>

Persönliche Notizen :



Spital Wallis

Spital Sitten

Pool Herzchirurgie

Av. du Grand-Champsec 80

1951 Sion

Abteilung Herzchirurgie

T +41 27 603 46 65

Erstellt von : M. Bonvin, N. Dussez, I. Praz

Validiert von : Dr. Delay und Dr. Ferrari

Übersetzt von : S. Schnyder

© Alle Rechte vorbehalten.

Die Texte dieser Broschüre dürfen nur mit ausdrücklicher Genehmigung der Kommunikationsabteilung des Spital Wallis vervielfältigt werden.

L'être humain au centre. | Der Mensch im Mittelpunkt.