

Verhalten nach uro-gynäkologischen Operationen

Liebe Patientin,

Sie wurden aufgrund einer Senkung (Deszensus) oder einer Harninkontinenz operiert.

Beim Entlassungsgespräch haben Sie bereits erfahren, worauf Sie zu Hause achten sollten.

Die wichtigsten Punkte finden Sie hier noch einmal übersichtlich zusammengefasst:

Schonung

Nach einer Operation benötigt der Körper Zeit zur Erholung.

Nach größeren Eingriffen wie Senkungsoperationen, Blasenschwäche-Operationen, Gebärmutterentfernung oder Bauchspiegelungen sollten Sie sich **4–6 Wochen schonen**.

Die genaue Dauer hängt vom Eingriff ab und wird vor Entlassung individuell mit Ihnen besprochen.

Schmerzen & Fieber

- Leichte Wundschmerzen sind in den ersten Tagen normal.
 - Kommen **Fieber, starke Schmerzen oder zunehmende Beschwerden** hinzu, wenden Sie sich bitte an Ihre Frauenärztin/Ihren Frauenarzt oder – bei Bedarf – an das Krankenhaus, in dem Sie operiert wurden.
-

Blutungen & Ausfluss

- Ein leichter Ausfluss, auch etwas blutig, kann nach Senkungs- oder Gebärmutteroperationen normal sein.
 - Verwenden Sie bitte **Binden**, keine Tampons.
 - Bei **stärkeren Blutungen, übelriechendem Ausfluss** oder einer **plötzlichen Zunahme von Schmerzen** stellen Sie sich bitte zeitnah bei Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt oder im Krankenhaus vor.
-

Duschen & Baden

- **Duschen** ist direkt nach der Operation wieder erlaubt.
 - **Heiße Wannebäder, Schwimmbad und Sauna** sollten erst erfolgen, wenn die Wunden vollständig abgeheilt sind.
-

Sport, Bewegung & Geschlechtsverkehr

Nach größeren uro-gynäkologischen Eingriffen (z. B. Senkungsoperationen, Blasenschwäche-OPs, Gebärmutterentfernung) gilt:

- **Sport, intensive Gymnastik, Schwimmen, Sauna und Geschlechtsverkehr erst nach ca. 4–8 Wochen**, je nach Operationsart und Empfehlung.
-

Heben & Tragen

- Vermeiden Sie in den ersten **6 Wochen** das **Heben und Tragen > 5 kg** (z. B. Einkaufstaschen, Wasserkisten, Kinder).
-

Bei Notfällen oder Unsicherheiten

Sie können sich jederzeit an das Krankenhaus oder Ihre behandelnde Praxis wenden.

Wir wünschen Ihnen eine **gute Erholung und rasche Genesung!**