

*Departement
Chirurgie*

LEBER- OPERATION

Patienteninformation ERAS

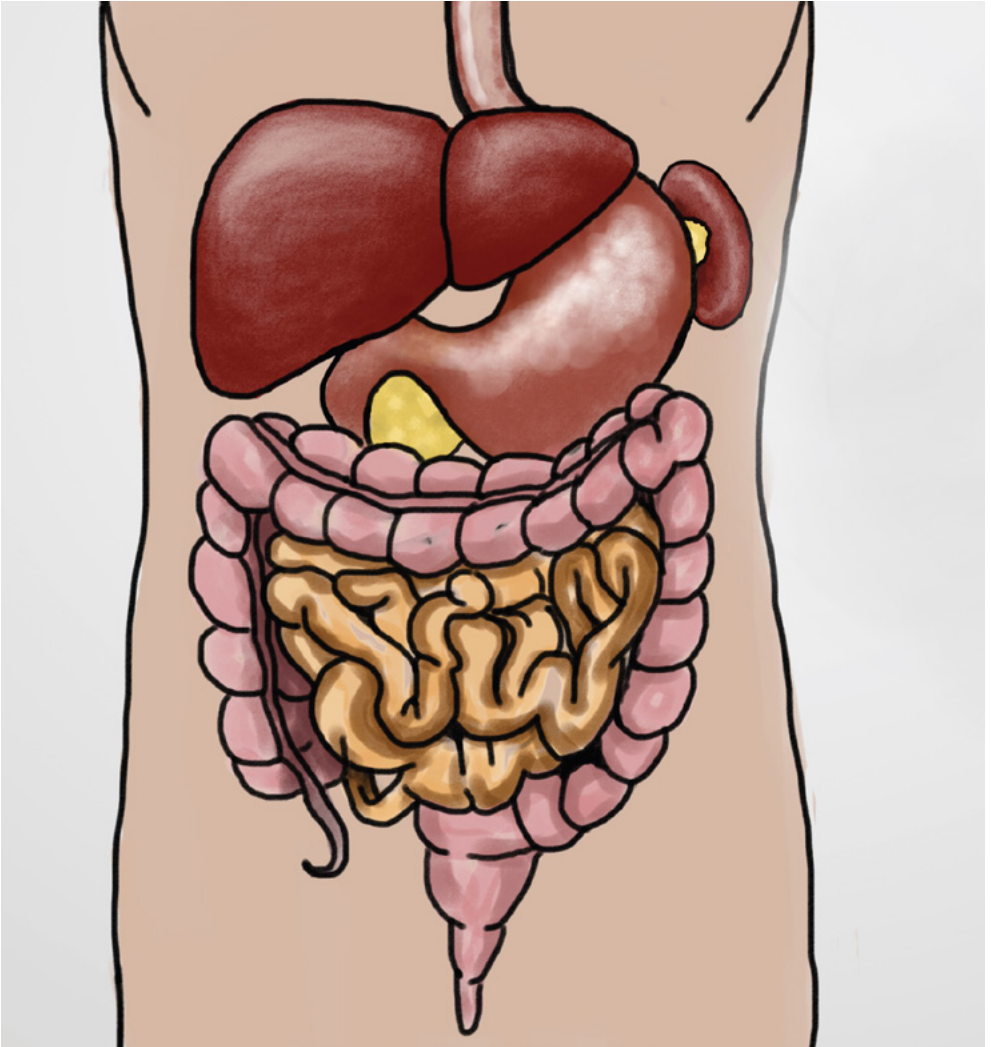


ERAS® Society

KGW

KANTONSPITAL
WINTERTHUR

Diese Broschüre ist für:



Inhalt

ERAS-Konzept	5
Vor dem Spitalaufenthalt	6
Spitaleintritt	8
Operationstag	9
Nach der Operation	10
Spitalaustritt	12
Nach der Spitalentlassung	13
Fragen und Probleme	15

Sehr geehrte Patientin

Sehr geehrter Patient

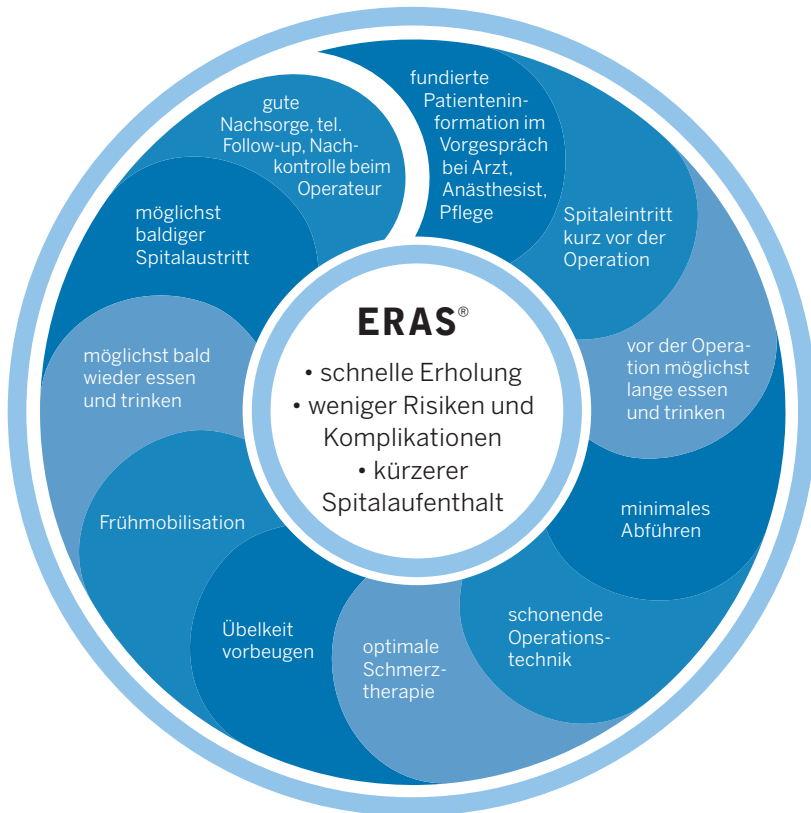
Demnächst werden Sie an der Leber operiert. Moderne Behandlungskonzepte machen es möglich, diesen Eingriff schonend durchzuführen. Dank einer guten Schmerzbehandlung können Sie schon kurz nach der Operation wieder aufstehen und sich bewegen. Schon am Tag nach der Operation dürfen Sie wieder essen. Das Kantonsspital Winterthur (KSW) wendet dafür seit 2013 ein neuartiges Behandlungskonzept an. Es nennt sich ERAS (Enhanced Recovery after Surgery), was sich mit «verbesserte Erholung nach chirurgischen Eingriffen» übersetzen lässt.

Es ist uns wichtig, dass Sie sich bei uns gut aufgehoben fühlen und der Spitalaufenthalt zu Ihrer vollsten Zufriedenheit verläuft. Wir legen Wert darauf, Sie bereits vor Ihrem Eintritt über die Abläufe im Spital zu informieren. So wird es Ihnen ermöglicht, aktiv zur Genesung beizutragen. Bitte lesen Sie dieses Informationsschreiben gemeinsam mit Ihren Angehörigen oder Bezugspersonen durch und melden Sie sich bei Fragen oder Problemen bei uns.

Wir danken Ihnen für Ihr Vertrauen und wünschen Ihnen einen möglichst angenehmen Aufenthalt und baldige Genesung.

Ihr Behandlungsteam der Klinik für Viszeral- und Thoraxchirurgie
Kantonsspital Winterthur

Das ERAS-Konzept



Damit Sie sich nach der Operation möglichst schnell erholen, ist es wichtig, dass Sie sich bald wieder bewegen und Nahrung zu sich nehmen. Ihre Fortschritte dürfen Sie in einem persönlichen Tagebuch festhalten. Mehr dazu finden Sie im Kapitel «Nach der Operation». Wir empfehlen Ihnen zum Beispiel, nach der Operation Kaugummi zu kauen, um die Magen-Darm-Tätigkeit anzuregen. Bringen Sie Ihre Lieblingssorte am besten gleich mit.

Die Vorteile des ERAS-Konzepts:

- schonende Operationstechnik
- weniger Schmerzen und Übelkeit
- rasch wieder essen und trinken
- weniger Komplikationen
- früherer Austritt aus dem Spital möglich
- persönliche Vor- und Nachbetreuung

Vor dem Spitalaufenthalt

Vorbereitung in den Wochen vor der Operation

Körperliche Bewegung und eine ausgewogene Ernährung sind bereits vor der Operation wichtig, um Probleme rund um den chirurgischen Eingriff zu vermindern. Sport und körperliche Fitness begünstigen die Heilung. Raucherinnen und Rauchern empfehlen wir, auf das Rauchen zu verzichten oder den Nikotinkonsum im Hinblick auf die Operation zumindest einzuschränken. Verzichten Sie ausserdem in den vier Wochen vor der Operation auf Alkohol. Falls dies nicht möglich ist, weil der Eingriff schon vor Ablauf dieser Frist durchgeführt werden soll, beginnen Sie mit dem Verzicht, sobald Sie den Operationstermin kennen.

Zusatztrinknahrung

Wenn es von Ihrem Ernährungszustand her nötig ist, wird Ihnen der behandelnde Arzt eine spezifische Trinknahrung (Impact Oral) zur Stärkung des Immunsystems und zur Nahrungsergänzung verordnen. Dieses Getränk wird in der Regel fünf bis sieben Tage vor der Operation bis zum Abend vor der Operation eingenommen. Einen individuellen Plan erhalten Sie zusammen mit dem Getränk. Bei Bedarf werden wir für Sie einen Termin bei der Ernährungsberatung vereinbaren.



Vorabend und Morgen des Operationstags

Am Abend vor der Operation bekommen Sie vier, am Operationstag zwei Packungen einer kohlenhydratreichen Trinknahrung (Nutricia PreOP). Diese unterstützt die Erholung nach der Operation. Falls Sie Impact Oral einnehmen, entfällt die Einnahme von Nutricia PreOP am Vorabend. Beachten Sie Ihren individuellen Einnahmeplan.

Abend vor der Operation

<i>Datum</i>	<i>Packungen</i>
--------------	------------------

Operationstag / 2 Std. vor Eintritt

<i>Datum</i>	<i>Packungen</i>
--------------	------------------

Wichtige Kontaktperson

Die Fachverantwortliche Pflege ERAS ist eine wichtige Ansprechperson für Sie. Bitte wenden Sie sich mit Fragen oder Anliegen an:

Susanne Rüegg

Fachverantwortliche Pflege ERAS

Tel. 052 266 24 45

susanne.rueegg@ksw.ch





Operationstermin

- Eintritt am Vorabend*
- Eintritt am OP-Tag*

Sie treten entweder am Vortag oder am Operationstag ins Spital ein. In jedem Fall wird Ihnen die genaue Eintrittszeit rechtzeitig mitgeteilt. Planen Sie für die Anreise genügend Zeit ein, damit kein Stress für Sie entsteht.

Melden Sie sich am Eintrittstag beim Patientenbüro. Sollte dieses geschlossen sein, wenden Sie sich an den Empfang/Portier. Lassen Sie Wertvolles zu Hause. Bringen Sie bitte die Medikamente, die Sie regelmässig einnehmen, in der Originalverpackung mit. Vergessen Sie Ihre persönlichen Hilfsmittel wie Brille oder Hörgeräte nicht. Für die ersten Tage benötigen Sie Toilettenartikel (Handtücher werden vom Spital zur Verfügung gestellt) und bequeme Kleidung (Pyjama, Morgenmantel, Trainingsanzug). Ausserdem empfehlen wir Hausschuhe für das Umhergehen im Zimmer und auf dem Gang.

Operationstag

Der Narkosearzt hat Sie darüber informiert, ab wann Sie vor der Operation nichts mehr essen und trinken und auch nicht mehr rauchen dürfen.

Für die Operation legen Sie bitte allen Schmuck ab, da es nach dem Eingriff zu Schwellungen kommen kann, die es z.B. schwierig machen, einen Ring vom Finger zu ziehen. Zur Thromboseprophylaxe (Verminderung des Risikos einer Blutgerinnselbildung) erhalten Sie Stützstrümpfe. Diese tragen Sie bitte auch in den ersten Tagen nach der Operation.

Bevor Sie in den Operationssaal gebracht werden, ziehen Sie bitte das Spitalnachthemd an. Sie erhalten ein Patientenarmband mit Ihrem Namen und dem Geburtsdatum. Es dient Ihrer Sicherheit. Tragen Sie es daher bitte während des gesamten Aufenthalts.

Am Kantonsspital Winterthur werden die meisten Leberoperationen mittels Schlüssellochtechnik durchgeführt, auch grosse Resektionen. Wir haben beobachtet, dass die Patienten davon profitieren und sich nach dem Eingriff rascher erholen. Vorbereitung, Schmerztherapie und Nachbetreuung gestalten sich jedoch sehr ähnlich wie im Zusammenhang mit einer offenen Operation.

Nach der Operation werden Sie zuerst auf der Überwachungsstation (IMC) oder der Intensivstation (ZIM) betreut. Dies ermöglicht eine intensivere Überwachung während der ersten Stunden/Tage nach dem Eingriff. Sobald Ihr körperlicher Zustand es zulässt und die Verlegung auf die Normalstation aus ärztlicher Sicht möglich ist, bringt die zuständige Pflegeperson Sie in Ihr Zimmer zurück. Weil möglichst baldige Bewegung für den Erholungsprozess wichtig ist, stehen Sie bereits am Operationstag wieder auf. Das Pflegefachpersonal wird Ihnen dabei behilflich sein.

Wenige Stunden nach der Operation dürfen Sie schon wieder essen und trinken. Es ist wichtig, dass Sie mindestens einen Liter Flüssigkeit inklusive einer energie- und eiweissreichen Trinknahrung zu sich nehmen.

Meistens sind nach der Operation an Ihrem Körper noch Schläuche angebracht. Zum Beispiel eine Infusion zur Flüssigkeitsregulierung und ein Blasenkatheter zur Ableitung des Urins, manchmal auch ein Schmerzkatheter (Epiduralkatheter/EDA) am Rücken, und eventuell wird Ihnen Sauerstoff über die Nase zugeführt. Durch diese Schläuche ist Ihre Bewegungsfreiheit zu Anfang noch etwas eingeschränkt. Sie sollten sich aber trotzdem bewegen. Das Pflegepersonal unterstützt Sie gerne dabei.

Nach der Operation



Es ist uns wichtig, auf Ihre Bedürfnisse einzugehen. Lassen Sie es uns wissen, wenn irgendetwas nicht nach Ihren Wünschen läuft. Unser Ziel ist es, dass Sie möglichst wenig unter Schmerzen oder Übelkeit leiden. Melden Sie sich bei Beschwerden umgehend beim Pflegefachpersonal.

Eine adäquate Ernährung und körperliche Bewegung sind sehr wichtig, da sie den Erholungsprozess beschleunigen und das Risiko von Komplikationen nach der Operation vermindern. Um Sie dabei zu unterstützen und Ihre Fortschritte aufzuzeigen, werden wir das Tagebuch mit Ihnen zusammen führen. Falls nötig, kann jederzeit die Ernährungsberatung oder die Physiotherapie beigezogen werden.

Essen und trinken

Nach der Leberoperation dürfen Sie wie gewohnt essen und trinken. Sie sollten pro Tag mindestens zwei Liter Flüssigkeit trinken. Ihr Appetit kann allerdings noch reduziert sein. Die Ihnen täglich servierte energie- und eiweißreiche Trinknahrung ist für die ausreichende Nährstoffzufuhr wichtig.

Magen-Darm-Tätigkeit

Es kann vorkommen, dass Sie nach der Operation unter Übelkeit leiden. Wenn dies der Fall ist oder Sie sich sogar übergeben müssen, melden Sie sich beim Pflegepersonal. Wir empfehlen das Kauen von Kaugummi, ausreichend körperliche Bewegung und genügend Flüssigkeitszufuhr, um die Magen-Darm-Tätigkeit anzuregen und zu unterstützen. Auch Stimulanzen wie Kaffee verstärken die Darmtätigkeit.

Körperliche Aktivität – Bewegung

Es ist sinnvoll, dass Sie sich so viel wie möglich ausserhalb des Bettes aufhalten (mind. sechs Stunden täglich). Patienten, denen ein grosser Teil der Leber entfernt worden ist, fühlen sich oft etwas schlapp. Setzen Sie sich zum Essen an den Tisch, lesen Sie im Lehnstuhl, gehen Sie im Gang spazieren oder machen Sie einen Ausflug in unsere Cafeteria. Bewegung beugt Komplikationen vor. Durch die Aktivitäten werden Ihre Atmung und Ihr Kreislauf angeregt, und Ihre Muskeln bleiben erhalten. Sie können dadurch einen Beitrag zu Ihrer Genesung leisten.

Schmerztherapie

Damit Sie sich nach der Operation bald wieder ganz normal bewegen können, sollten Sie keine Schmerzen aushalten müssen. Melden Sie sich beim Auftreten von Schmerzen sofort beim Pflegepersonal. Zur Schmerztherapie während der ersten zwei bis vier Tage werden Sie auch vom Schmerzdienstarzt betreut. Sie erhalten Schmerzmittel über den rückenmarksnahen Epiduralkatheter (EDA) oder über die Infusion. Ausserdem bekommen Sie Tabletten.

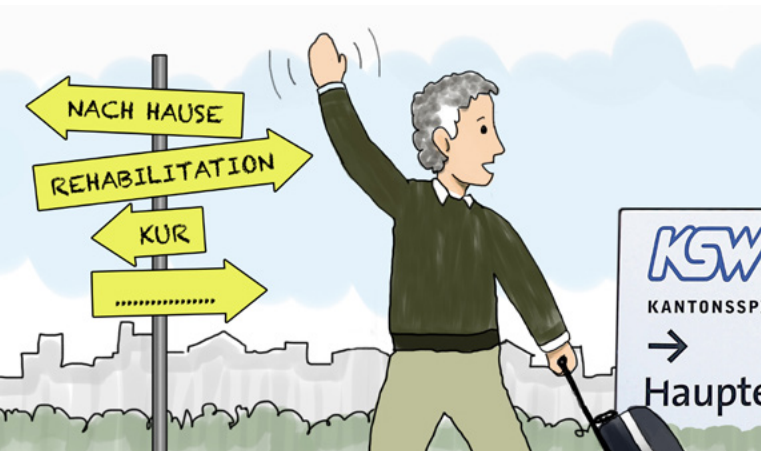
Ihr persönliches Tagebuch

Dieses erhalten Sie beim Eintritt. Notieren Sie ab dem Operationstag täglich, wie Sie sich fühlen. Anhand der Skala von 0 bis 10 schätzen Sie die Schmerzen und die Übelkeit ein. Notieren Sie, wie viel Zeit Sie ausserhalb des Bettes verbracht haben und wie viel Sie gegessen und getrunken haben. Nach einer Leberoperation ist die Verdauung ein wichtiger Punkt, deshalb wird auch nach der Darmtätigkeit gefragt (Windabgang, Stuhlgang). Das Tagebuch hilft Ihnen und uns, Ihr Befinden besser einzuschätzen und Sie bei Bedarf gezielt zu unterstützen.

Am Austrittstag geben Sie das Tagebuch bitte jemandem vom Pflegefachpersonal ab.

Damit wir unsere Behandlung stetig optimieren können, sind Ihre Angaben für uns sehr wichtig. Wir werden sie anonym erfassen und auswerten. Danke, dass Sie uns helfen, besser zu werden!





Die resezierte Leber wächst innerhalb einer Woche fast komplett nach, und Sie sollten nach diesem Zeitraum keine Müdigkeit oder Erschöpfung aufgrund der Verringerung der Lebermasse mehr verspüren.

Wenn Ihr Körper seine normale Funktionsfähigkeit wie z.B. die Nahrungsaufnahme und die Verdauung wiedererlangt hat, die Operationswunden gut heilen und die Schmerzen mit Schmerztabletten ausreichend gelindert werden können, organisiert das Pflorgeteam den Spitalaustritt. Dies ist in der Regel nach einer Woche der Fall. Bei Bedarf wird die interne Patientenkoordination für die Planung der Zeit nach dem Austritt beigezogen.

Wir erklären Ihnen, wie die Schmerzmedikamente einzunehmen und zu gegebener Zeit zu reduzieren sind.

Nach der Resektion eines malignen (bösartigen) Lebertumors sind auch nach dem Spitalaufenthalt Injektionen zur Thrombosevorbeugung notwendig. Sie werden vom Pflegepersonal genau instruiert, wie Sie sich das Blutverdünnungsmittel selber spritzen können. Wenn Sie es wünschen, kann das auch die Spitex für Sie übernehmen. Bei der Organisation unterstützen wir Sie gerne. Ausserdem erklären wir Ihnen, wie die Operationswunden gepflegt werden sollen.

Sie erhalten einen Austrittsbericht und ein Medikamentenrezept. Beim Austrittsgespräch mit dem für Sie zuständigen Arzt und der Pflegefachperson wird zudem ein Kontrolltermin bei Ihrem Operateur festgelegt (zwei bis vier Wochen nach der Operation).

Nach der Spitalentlassung

Ernährung

Sie können wie gewohnt essen und trinken. Es ist normal, wenn Sie in den ersten Tagen wenig Appetit haben. Achten Sie darauf, dass Sie genügend Flüssigkeit zu sich nehmen (2 Liter ungesüsste Getränke). Auch wenn Sie wieder zu Hause sind, ist ein Gespräch mit der Ernährungsberatung möglich. Sollte die Ernährung ein Problem für Sie sein oder sollten Sie weiter an Gewicht verlieren, nehmen Sie mit uns Kontakt auf.

Stuhlgang

Es ist möglich, dass Sie in der ersten Zeit nach der Operation einen unregelmässigen Stuhlgang haben. Dies sollte sich in den ersten Wochen nach der Operation normalisieren; ein regelmässiger Stuhlgang ist wichtig. Sollten Sie unter Verstopfung leiden, verschreiben wir Ihnen für die ersten Wochen nach dem Eingriff ein mildes Abführmittel.

Körperliche Aktivität, Bewegung und Sport

Es ist normal, wenn Sie in den ersten Wochen nach der Operation weniger Energie haben als gewohnt und häufiger müde sind. Es ist aber wichtig, dass Sie zu Hause trotzdem aktiv sind und z.B. Spaziergänge unternehmen. Sie dürfen sich frei bewegen. Auch körperliche Anstrengung ist erlaubt. Vermeiden Sie nur Bewegungen, die Ihnen Schmerzen bereiten (Bauchdecke).

Schmerzmedikation

Nach einer Leberoperation sind Wundschmerzen am Bauch normal. Damit Sie den Alltag möglichst schmerzfrei meistern können, haben Sie ein Rezept für Schmerzmittel erhalten. Sie selber können am besten einschätzen, wann eine Reduktion der Schmerzmittel möglich ist, und dürfen sie selbständig absetzen. Wir empfehlen, dies in Etappen zu tun und nicht alle Mittel auf einmal abzusetzen.

Wundpflege

Die Operationsnaht ist in der Regel mit einem Pflasterverband (Proxistrips) abgedeckt, der nach 10 bis 14 Tagen entfernt werden darf. Nach einer Operation mittels Schlüssellochtechnik (Laparoskopie) verbleiben nur 4–6 kleine Wunden, die meist keine Probleme bereiten. Eine Fadenentfernung ist in den meisten Fällen nicht notwendig, die Fäden lösen sich von selber auf. Wundinfektionen können auch nach dem Spitalaustritt auftreten. Erste Anzeichen dafür können Schmerzen, Rötung, Überwärmung oder der Austritt von Flüssigkeit aus der Wunde sein. Melden Sie sich in diesem Fall bei uns.

Duschen und baden

Sie können wie gewohnt duschen und die mit Proxistrips abgedeckten Wunden danach mit einem Handtuch abtrocknen. Frühestens am 14. Tag nach der Operation dürfen Sie auch wieder baden oder in die Sauna gehen.

Arbeiten nach der Operation

Die Dauer der Arbeitsunfähigkeit wird mit Ihnen besprochen. Sie richtet sich meist nach der Art der Erkrankung, der Operation und Ihrem Beruf.

Nachkontrolltermine

Auch wenn es nach einer Leberoperation sehr selten vorkommt, können nach dem Spitalaustritt Komplikationen auftreten. Wir empfehlen daher eine Kontrolle bei Ihrem Hausarzt in der ersten Woche nach dem Austritt. Ausserdem wird beim Spitalaustritt ein Kontrolltermin bei Ihrem Operateur festgelegt.

In der ersten Woche nach dem Spitalaustritt wird sich die Fachverantwortliche Pflege ERAS telefonisch bei Ihnen melden und nachfragen, wie es Ihnen geht. Bei diesem Anruf können auch noch Fragen geklärt werden.

Fragen und Probleme

Sollten sich Fragen oder Probleme ergeben, kontaktieren Sie uns.

Umgehend melden sollten Sie sich bei:

- geröteter oder nässender Wunde
- starken Schmerzen
- Erbrechen, falls eine Nahrungsaufnahme nicht mehr möglich ist
- Fieber > 38,0 Grad Celsius
- anhaltender und extremer Müdigkeit/ Erschöpfung
- Gelbverfärbung der Haut, Aufhellung des Stuhls oder Dunkelfärbung des Urins



Meine Notizen

A series of horizontal dotted lines for taking notes.

**KANTONSPITAL
WINTERTHUR**

Brauerstrasse 15
Postfach 834
8401 Winterthur
Tel. 052 266 21 21
info@ksw.ch
www.ksw.ch

Departement Chirurgie**Klinik für Viszeral- und Thoraxchirurgie**

Bürozeiten Mo.–Fr. 08.00–17.00 Uhr
Sprechstundenzentrum
Tel. 052 266 24 00

Ausserhalb der normalen Arbeitszeiten
und an Wochenenden/Feiertagen:

Telefonzentrale
(Verlangen Sie den Dienstarzt Chirurgie)
Tel. 052 266 21 21
