

*Klinik für Viszeral-  
und Thoraxchirurgie*

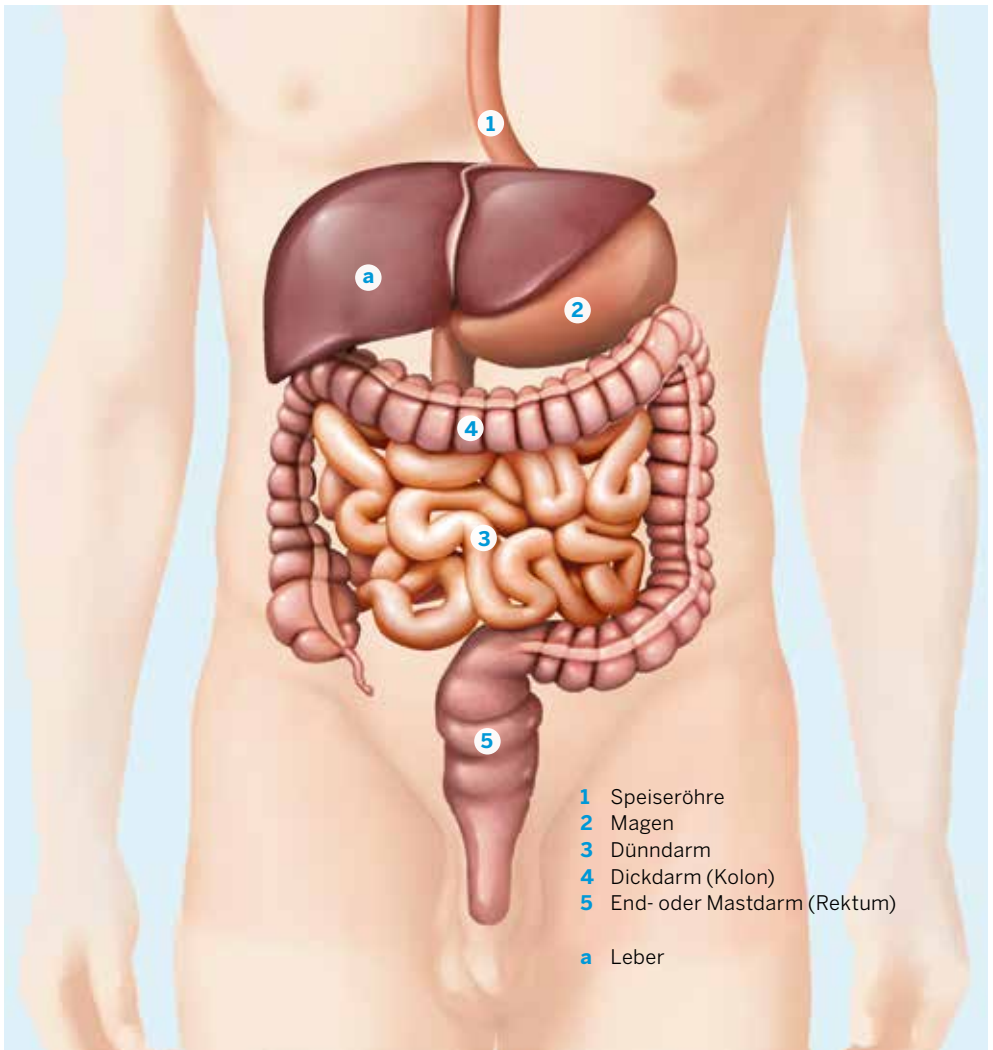
# ENDDARM- OPERATION (REKTUM)

Patienteninformation BENE



**KSW**  
Kantonsspital  
Winterthur

Diese Broschüre ist für:



# Inhalt

<b>Das BENE-Konzept</b>	5
<b>Vor dem Spitalaufenthalt</b>	6
<b>Spitaleintritt</b>	8
<b>Operationstag</b>	9
<b>Nach der Operation</b>	10
<b>Spitalaustritt</b>	12
<b>Nach der Spitalentlassung</b>	13
<b>Fragen und Probleme</b>	15

# Liebe Patientin, lieber Patient

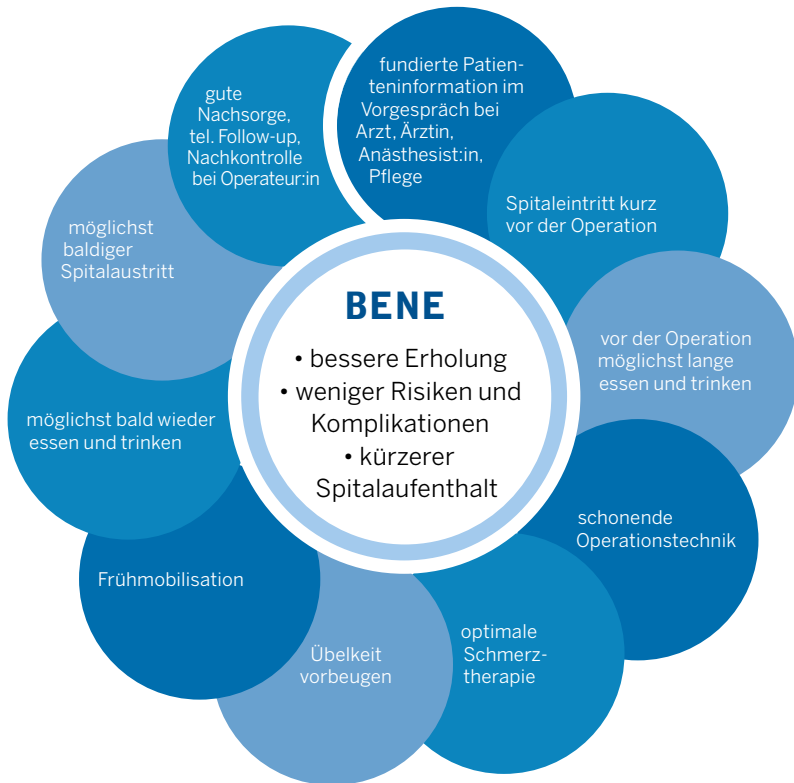
Demnächst werden Sie am Darm operiert. Moderne Behandlungskonzepte machen es möglich, diesen Eingriff schonend durchzuführen. Dank einer guten Schmerzbehandlung können Sie schon kurz nach der Operation wieder aufstehen und sich bewegen sowie gleichentags wieder essen und trinken. Am Kantonsspital Winterthur haben wir das Behandlungskonzept BENE (Bessere Erholung nach Eingriff) entwickelt und 2024 eingeführt. Damit können wir eine hohe Behandlungsqualität sicher stellen.

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 BENE-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, nach der Operation Kaugummi zu kauen, um die Magen-Darm-Tätigkeit anzuregen. Bringen Sie Ihre Liebessorte am besten gleich mit.

## Die Vorteile des BENE-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. Raucherinnen und Rauchern empfehlen wir, auf das Rauchen zu verzichten oder den Nikotinkonsum im Hinblick auf die Operation zumindest einzuschränken. Verzichten Sie in den vier Wochen vor der Operation auf Alkohol.



## Zusatztrinknahrung

Wenn es von Ihrem Ernährungszustand her nötig ist, wird Ihnen die behandelnde Ärztin oder der behandelnde Arzt eine spezifische Trinknahrung (Impact Oral oder Fresubin) zur Stärkung des Immunsystems und zur Nahrungsergänzung verordnen. Dieses Getränk wird in der Regel fünf Tage vor der Operation bis zum Abend vor der Operation eingenommen. Einen individuellen Plan erhalten Sie zusammen mit dem Getränk.

## Stomaberatung

Falls bei Ihnen ein Stoma (künstlicher Darmausgang) vorgesehen ist, wird schon vor der Operation oder während des stationären Aufenthalts eine Stomaberaterin mit Ihnen Kontakt aufnehmen. Sie werden von ihr spezifische Informationen erhalten, gleichzeitig können Sie Fragen klären.

## Vortag und Morgen vor der Operation

Unabhängig von Ihrem Ernährungszustand sollten Sie zwei Stunden vor Spitaleintritt eine kohlenhydratreiche Trinknahrung (Nutricia preOP) zu sich nehmen. Diese unterstützt die Erholung nach der Operation. Patientinnen und Patienten mit einem guten Ernährungszustand, die während den fünf Tagen vor der Operation kein Fresubin oder Oral Impact einnehmen, bekommen für zu Hause zudem vier Flaschen Nutricia preOP, die am Nachmittag vor der Operation eingenommen werden müssen. Beachten Sie Ihren individuellen Einnahmeplan.

Am Tag vor der Operation müssen Sie ein Abführmittel einnehmen (siehe dazu separates Informationsblatt «Patienteninformation bei Darmreinigung vor einer Operation»). Sie dürfen noch normal Frühstück und Mittagessen zu sich nehmen, ab 14.00 Uhr jedoch nur noch flüssige Kost (Suppe, Crème, Joghurt, Oral Impact/ Fresubin, Nutricia preOp etc.).

## Wichtige Kontaktperson

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

*Fachverantwortliche Pflege BENE*  
Tel. 052 266 37 84  
[BENE@ksw.ch](mailto:BENE@ksw.ch)



# Spitaleintritt



## *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, damit kein Stress für Sie entsteht.

Melden Sie sich am Eintrittstag bei der Patientenaufnahme. Sollte diese geschlossen sein, wenden Sie sich an den Empfang. Lassen Sie Wertvolles zu Hause. Medikamente bringen Sie bitte 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

Die Narkoseärztin oder der Narkosearzt hat sie darüber informiert, ab wann Sie vor der Operation nichts mehr essen und trinken dürfen. Verzichten Sie unbedingt aufs Rauchen!

Für die Operation legen Sie bitte allen Schmuck ab. 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.

Nach der Operation werden Sie im Wachsaaal betreut. Später bringt die zuständige Pflegefachperson 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 essen und trinken. Es ist wichtig, dass Sie – wenn von der Ärztin oder vom Arzt nichts anderes verordnet wurde – mindestens einen Liter Flüssigkeit inklusive einer energie- und eiweissreichen Trinknahrung zu sich nehmen.



Meistens sind an Ihrem Körper noch Schläuche angebracht, beispielsweise eine Infusion, und eventuell wird Ihnen Sauerstoff über die Nase zugeführt. Manchmal wird zur Ableitung des Wundsekrets ein schmaler Silikon-schlauch eingelegt oder zur Ableitung des Urins ein Blasen-katheter. Durch diese Schläuche ist Ihre Bewegungsfreiheit zu Anfang noch etwas eingeschränkt. Sie sollten sich aber trotzdem bewegen. Das Pflegefachpersonal unterstützt Sie gern dabei.

Sollte bei Ihnen eine Operation über einen grossen Bauchschnitt geplant sein, wird Ihnen mit grosser Wahrscheinlichkeit von der Narkoseärztin oder dem Narkosearzt ein Schmerzkatheter am Rücken empfohlen. In diesem Fall ist bei Ihnen vorübergehend ein Katheter in die Blase eingelegt.

# 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 Schmerzen, Übelkeit oder anderen Symptomen umgehend beim Pflegefachpersonal.

Eine ausreichende 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.

## Essen und trinken

Wenn nichts anderes vereinbart wurde, dürfen Sie wie gewohnt essen und trinken. Sie sollten pro Tag mindestens zwei Liter Flüssigkeit trinken. 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 oder Ihr Appetit reduziert ist. Falls Ihnen übel ist oder Sie sich übergeben müssen, melden Sie sich beim Pflegefachpersonal. Wir empfehlen das Kauen von Kaugummi, ausreichend körperliche Bewegung und genügend Flüssigkeitszufuhr, um die Magen-Darm-Tätigkeit zu unterstützen und anzuregen.

## Stomapflege

Sollte bei Ihnen ein künstlicher Darmausgang angelegt worden sein, werden Sie schrittweise bei der selbständigen Versorgung des Stomas angeleitet und bei der Wahl des individuellen Versorgungssystems beraten. Je nach Fördermenge des Stomas ist es wichtig, dass Sie die Flüssigkeitszufuhr anpassen. Individuelle Empfehlungen gibt Ihnen das Behandlungsteam.

## Körperliche Aktivität – Bewegung

Es ist sinnvoll, dass Sie sich so viel wie möglich ausserhalb des Bettes aufhalten (mind. sechs Stunden täglich). 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 ist wichtig, um Komplikationen vorzubeugen. 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 beim Pflegefachpersonal. Während der ersten 24 Stunden bekommen Sie zusätzlich zu den Tabletten auch Schmerzmittel über die Infusion verabreicht. Wenn Sie einen Schmerzkatheter im Rücken haben, werden Sie während der ersten zwei bis vier Tage auch von der Schmerzdienstärztin resp. vom Schmerzdienstarzt betreut.

## 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. Die Verdauung ist ein wichtiger Punkt nach einer Darmoperation, 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!



# Spitalaustritt



Sobald die Verdauung zufriedenstellend funktioniert, die Operationswunden gut heilen und die Schmerzen mit Schmerztabletten ausreichend gelindert werden können, organisiert das Pflegefachteam den Spitalaustritt. Dies ist in der Regel nach vier bis sechs Tagen der Fall. Bei Bedarf wird die Nachsorge- und Sozialberatung für die Planung der Zeit nach dem Austritt beigezogen (Spitex, Rehabilitationsklinik, Kuraufenthalt etc.).

Wir erklären Ihnen, wie die Schmerzmedikamente einzunehmen und zu gegebener Zeit zu reduzieren sind. Sollte bei Ihnen ein bösartiger Tumor der Grund für die Operation sein, sind auch nach dem Spitalaufenthalt während sechs Wochen Spritzen zur Vorbeugung von Blutgerinnseln notwendig. Sie

werden vom Pflegefachpersonal 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 gern. Ausserdem erklären wir Ihnen, wie die Operationswunden gepflegt werden sollen.

Sie erhalten einen Austrittsbericht und ein Medikamentenrezept. Beim Austrittsgespräch mit der Ärztin oder dem Arzt und der Pflegefachperson wird zudem ein Kontrolltermin bei Ihrer Operateurin oder Ihrem Operateur festgelegt. Sollte bei Ihnen ein künstlicher Darmausgang angelegt worden sein, werden Sie zudem einen Termin bei der Stomaberatung erhalten.

# Nach der Spitalentlassung

## Ernährung

Sie können wie gewohnt essen und trinken. Es ist normal, wenn Sie in den ersten Tagen nach der Operation wenig Appetit haben. Achten Sie darauf, dass Sie genügend Flüssigkeit zu sich nehmen (ungesüßte Getränke). 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. Falls nötig, werden Ihnen stuhlregulierende Medikamente verschrieben.

Falls Sie ein Stoma haben, berücksichtigen Sie dessen Fördermenge und achten Sie auf eine ausreichende Flüssigkeits- und Salzzufuhr. Es ist normal, dass es gelegentlich zum Abgang von Schleim oder Stuhlresten auf natürlichem Weg kommt.

## 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. Vermeiden Sie jedoch Bewegungen, die Ihnen Schmerzen bereiten (Bauchdecke), und das Tragen von schweren Lasten.

## Schmerzmedikation

Bauchschmerzen sind nach einer Darmoperation 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. Eine Fadenentfernung ist in den meisten Fällen nicht notwendig, die Fäden lösen sich von selber auf. Die Stomafäden werden nach ca. zehn Tagen gezogen. Den Termin dazu bekommen Sie von der Stomaberatung.

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 frühestens am 14. Tag nach der Operation 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 Operation und Ihrem Beruf.

## Nachkontrolltermine

Manchmal können auch nach dem Spitalaustritt Komplikationen auftreten. Wir empfehlen daher eine Kontrolle bei Ihrer Hausärztin oder Ihrem Hausarzt in der ersten Woche nach dem Austritt. Ausserdem wird ein Termin bei Ihrer Operateurin oder Ihrem Operateur zur Verlaufs- und Abschlusskontrolle festgelegt. Für die Stomakontrolle bekommen Sie einen Termin bei der Stomaberatung. In der ersten Woche nach dem Spitalaustritt wird sich die Fachverantwortliche Pflege BENE 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
- Stoma:

In folgenden Fällen wenden Sie sich bitte an die Stomaberatung, Tel. 052 266 24 99:

- erhöhte Fördermenge (= Beutel muss mehr als 6× pro 24 Stunden geleert werden)
- Hautveränderungen um das Stoma (Juckreiz, Rötung, Brennen, Schmerzen)
- Undichtigkeiten bei der Versorgung (Wechsel mehr als 1× pro Tag notwendig)



**KANTONSPITAL  
WINTERTHUR**

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

---

**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 /  
die Dienstärztin Chirurgie)  
Tel. 052 266 21 21

---