

# Patientenleitfaden nach einer Lendenwirbelsäulen-Operation

## Hinweise zur Nachbehandlung nach Eingriffen mit und ohne Implantaten an der Lendenwirbelsäule

Mit diesen Informationen wollen wir Ihnen wertvolle Hinweise geben, worauf Sie nach der Operation achten sollen, um den Heilungsverlauf optimal zu unterstützen.

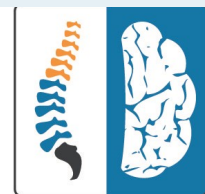
### Generelle Information

Sie wurden vor einigen Tagen an der Lendenwirbelsäule operiert. Individuell gehen Sie nach Hause, in eine andere Klinik (z. B. in der Nähe Ihres Wohnortes) oder in die Rehabilitation.

**Bitte beachten Sie in den nächsten Tagen folgende Punkte:**



**wirbelsäulen  
zentrum**  
GRAZ-RAGNITZ



**DDr. Manuel Mrfka**  
Neuro- & Wirbelsäulenchirurgie

Wirbelsäulenzentrum

Grazer Straße 75a  
8680 Mürzzuschlag

Berthold-Linder-Weg 15  
8047 Graz

Telefon: 0660 / 45 96 991  
[www.neurochirurgie-mrfka.at](http://www.neurochirurgie-mrfka.at)  
[www.wzg.at](http://www.wzg.at)

## Wundheilung / Wundpflege

Bevor Sie die Klinik verlassen, wird die letzte Wundkontrolle durchgeführt. Die Wunde soll sauber gehalten werden. Der Austritt von Wundflüssigkeit erfordert in der Regel eine ärztliche Kontrolle oder spezielle Verordnungen. Auch eine Wunde mit noch vorhandenen Fäden kann nach dem ersten Verbandswechsel geduscht werden, sofern sie zuvor mit wasserdichtem Pflaster abgedeckt worden ist.

## Schmerzen

Sie haben einen mehr oder weniger grossen Lendenwirbelsäuleneingriff hinter sich. Schmerzen in der postoperativen Phase sind nichts Aussergewöhnliches und sind meistens Ausdruck einer muskulären Überlastung oder einer Reizung des Gewebes. Muskelverspannungen können mit warmen Duschen, warmen Bädern oder mit muskellösenden Schmerzmitteln gebessert werden. Schmerzmittel, lokales Kühlen (z. B. 10 Minuten mit einem sogenannten «cold pack» aus dem Kühlschranks) oder vom Hausarzt verordnete Schmerzmittel lösen das Problem in der Regel.

## Melden Sie sich bitte bei uns, wenn Sie eines oder mehrere dieser Symptome feststellen:

- Muskelschwächen (neu dazugekommen)
- starke, streifenförmige Schmerzen in den Beinen
- massiv stärkere Schmerzen nach Sturz
- hohes Fieber und stetige Schmerzen
- Rötungen und (neue) Schmerzen im Narbenbereich
- Blasen- /Mastdarmstörungen
- Gangunsicherheit

## Arbeitsunfähigkeit

Nach dem Spitalaustritt sind Sie für eine gewisse Zeit arbeitsunfähig. Die Dauer richtet sich dabei nach Ihren speziellen Verhältnissen, Ihren beruflichen Anforderungen und den damit verbundenen körperlichen Anstrengungen sowie der Schwere des Eingriffs. Zu rechnen ist mit einer Zeitspanne von 4 bis 8 Wochen.

## Nachkontrolle

Bei Bandscheibenoperationen oder Operationen bei Spinalkanalstenosen ohne Implantate ist eine Kontrolle nicht notwendig. Nach einer Versteifungsoperation ist eine Kontrolle in 6-8 Wochen mit einer Röntgenbilduntersuchung notwendig. Den Termin dafür finden sie im Entlassungsbrief.

## Fadenentfernung

Diese entfällt bei selbstauflösenden Fäden (in der Regel). Ansonsten werden die Fäden 7 bis 10 Tage nach der Operation entfernt. Darüber wurden sie informiert,

wenn dies notwendig ist.

## Arztbesuch

Einen Bericht über den Verlauf nach der Operation erhalten Sie beim Spitalaustritt. Dieser Arztbrief beinhaltet alle relevanten Informationen über den Überlauf und die Nachsorge inklusive Kontrolltermine (wenn notwendig) und Medikamente. Diesen Bericht können sie bei Bedarf ihren Arzt vorlegen.

## Pflege, Nachbehandlung

Die Betreuung nach Ihrem Spitalaufenthalt richtet sich nach individuellen Gesichtspunkten. Ein Rehabilitationaufenthalt ist in der Regel aus medizinischen Gründen nicht erforderlich.

## Physiotherapie, körperliche Aktivitäten

In der Regel erhalten Sie während des Spitalaufenthalts ein Übungsprogramm, in welches Sie der zuständige Physiotherapeut einführen wird. Diese Übungen sollten Sie zu Hause ein- bis zweimal täglich bis zum Kontrolltermin ausführen.

## Spazieren

Um Ihre allgemeine körperliche Leistungsfähigkeit zu steigern, können Sie mehrmals täglich spazieren gehen. Die Dauer hängt von Ihrem Befinden und Ihren Schmerzen ab. Die Spaziergänge sollten schmerzfrei möglich sein.

## Lasten heben

Das Heben von Lasten über 5 kg bis 6 Wochen nach der Operation oder bei einer Versteifungsoperation bis zum Kontrolltermin bei uns vermeiden, Steigerung nach Absprache.

## Auto fahren

Aus versicherungstechnischen Gründen ist es nicht ratsam, sich vor der ersten Kontrolle selbst ans Steuer zu setzen. Bleiben Sie Mitfahrer während dieser Zeit. Seien Sie sich bitte stets der verminderten Leistungsfähigkeit bewusst, die durch Operation oder Schmerzmittel verursacht werden kann.

## Treppen steigen

Ist erlaubt, wenn es geht.

## Sitzen

Sitzen Sie am besten aufrecht. Gelegentlich erhöht ein Keilkissen den Sitzkomfort. Sitzen Sie eher auf einem harten Stuhl als auf dem Sofa.