

## Patienteninformation

# Was Sie vor der OP beachten müssen



- **Veränderung der Gesundheit:** Informieren Sie bitte Ihren Operateur so früh wie möglich, wenn sich Ihrer Erkrankung verändert hat oder weitere Erkrankungen nach der Vorbesprechung aufgetreten sind, auch wenn sie nichts mit der Hand zu tun haben. Dies gilt besonders auch für Infektionen (z. B. Lungenentzündung, oberer Harnwegsinfekt etc.).
- **Tabak:** Verringern Sie ihren Zigarettenkonsum so weit wie möglich ab 4 Wochen vor der Operation. Ideal wäre die Tabakabstinenz. Ihre Wund- und Knochenheilung profitiert direkt, da Ihr Gewebe ohne Tabakkonsum besser sauerstoffversorgt ist und Sie so den Heilungsprozess aktiv beeinflussen. Nehmen Sie gegebenenfalls mit Ihrem Hausarzt Kontakt auf, welcher Sie unterstützt.
- **Anreise/Abreise:** Organisieren Sie Ihre Anreise und Abreise möglichst begleitet. Sie dürfen nach der Operation nicht selbst Auto fahren.
- **Ernährung:** Achten Sie schon einige Tage vor der Operation auf eine Vitamin C reiche Ernährung (PDF Vitamin C, PDF post-op).
- **Hautpflege:** Pflegen Sie Ihre Haut in den Tagen vor der Operation ausreichend und besonders, wenn Sie trockene Haut haben. Hautwunden ob akut oder chronisch erhöhen das Infektrisiko. Informieren Sie Ihren Operateur, wenn Sie im weiteren Bereich der geplanten Operation eine Wunde haben.
- **Timing:** Sie werden spätestens bis 15h am Vortag der Operation informiert wann Sie sich zur Operation einfinden müssen. Falls unser Team Sie nicht erreichen konnte, fragen Sie bitte ab 15h des Tages vor der Operation selbstständig nach (Sekretariat MANUS: +41 26 408 71 90).

## Patienteninformation

# Was Sie am Tag der OP beachten müssen

- 
- **Körperpflege:** Bitte duschen oder baden Sie sich am Op-Tag. Benutzen Sie keine Bodylotion oder Cremes. Rasieren Sie das Operationsgebiet nicht mechanisch, da kleine Hautläsionen das Infektrisiko erhöhen. Schneiden Sie Ihre Fingernägel und entfernen Sie den Nagellack. Acryl- oder Gelnägel dürfen Sie belassen. Entfernen Sie allen Schmuck und bringe Sie bitte keine grössere Mengen Bargeld mit ins Spital.

---

  - **Kleidung:** Für den Eingriff, werden Sie ein spezielles Op-Hemd anziehen. Nach der Operation dürfen Sie Ihre privaten Kleidungsstücke wieder anlegen. Bitte bedenken Sie bei der Kleiderwahl, dass Sie Ihre Kleidungsstücke mit einem dicken Verband oder einem Gips nach der Operation wieder anziehen müssen. Wählen Sie daher eher weite und bequeme und leicht anzulegende Kleidung, da Sie nach der Operation eine Hand nur eingeschränkt benutzen können. Natürlich steht Ihnen das Team helfend zur Seite.

---

  - **Medikamente:** Für Operationen, welche mit den Kollegen der Anästhesie geplant sind, gelten deren Handlungsanweisungen. Wurde nichts Gegenteiliges vereinbart nehmen Sie bitte alle Medikamente wie gewohnt morgens ein. Die Empfehlung zur Einnahme der «blutverdünnenden» Medikamente wie Aspirin, Eliquis, Marcoumar, Plavix, Xarelto und andere, wird ebenfalls in der Sprechstunde zur Operationsplanung besprochen und gegebenenfalls in Zusammenarbeit mit Ihrem Hausarzt angepasst.

---

  - **Nüchternheit:** Bei Operation in örtlichen Betäubung durch den Operateur am Handgelenk oder an den Fingern ist ein leichtes Frühstück erlaubt. Auf größere Mengen Kaffee oder Tee sollten Sie aber ebenso verzichten wie auf ein zu ausführliches schwer verdauliches Frühstück. Für Operation, welche mit den Kollegen der Anästhesie geplant sind, gelten deren Vorgaben.

---

  - **Timing:** Bitte kommen Sie pünktlich.

---

  - **Im Operationssaal:** Vor der Operation wird ein Sicherheitscheck mit allen relevanten Daten abgefragt. So versichert sich das Op-Team nochmals Ihrer Identität, der Operationsseite sowie der geplanten Operation. In den meisten Fällen wird in einer sogenannten Blutleere operiert. Hierzu wird der Arm ausgewickelt und am Oberarm eine Blutdruckmanschette aufgepumpt um den Blutfluss im Arm und der Hand zu unterbinden. Die Blutleere wird nach Anlage des Verbandes beendet. Die Operation findet in den allermeisten Fällen mit Vergrößerungsgläsern statt, welche die Anatomie der Hand 4fach vergrößert darstellt. Dies Alles dient Ihrer Sicherheit.

## Patienteninformation

# Was Sie nach der OP beachten müssen

- 
- **Lagerung:** Lagern Sie die operierte Hand für mindestens 2-3 Tage konsequent auf Herzhöhe. Im Liegen, Sitzen und im Stehen. Die Hochlagerung beugt der starken Schwellung und einem ausgeprägten Bluterguss vor und reduziert die postoperativen Schmerzen. Im Liegen können Sie Ihre Hand auf einem Kissen lagern. Damit die Hand während des Schlafes nicht vom Kissen rutscht, gibt es mehrere Tricks:
    - Hand auf Kissen. Das Kissen ist eingeklemmt zwischen einer Wand neben ihrem Bett und Ihrem Körper
    - Hand auf dem Kissen im Kissenbezug
    - Auf einem grossen oder langen Kissen, welches mit einer Sicherheitsnadel über der Hand zusammengehalten wird

---

  - **Die Wunde:** Der Wundverband muss trocken und sauber gehalten werden. Die erste Wundkontrolle findet einige Tage nach der Operation statt, der Fadenzug nach 2 Wochen.

---

  - **Komplikationen:** Sollte es nach der Operation trotz dieser Massnahmen zu Schmerzen, welche mit den verordneten Schmerzmitteln nicht gut zu kontrollieren sind, zu starker Schwellung oder zu auffälliger Blässe kommen, melden Sie sich bitte bei der Stationsschwester, wenn die Operation während eines Krankenhausaufenthaltes stattfindet und zögern Sie nicht bei ambulanten Operationen Ihren Operateur anzurufen. Dieser kann zum Beispiel kontrollieren, ob der Verband zu eng sitzt.

---

  - **Bewegung:** Bewegung der Hand ist nach der Operation in den meisten Fällen erwünscht. Die Bewegung wirkt der Schwellung der Hand entgegen, hält die Gleitschichten der Hand intakt und bewahrt die Gelenke vor Einsteifung. Die genauen Angaben zur Bewegung und Belastung, welche sich je nach Krankheit und Operation unterscheiden, wird Ihnen Ihr Arzt vor der Operation mitteilen (Beispiel: PDF Six Pack Hand, ACHTUNG nicht bei jeder Krankheit/Operation möglich oder sinnvoll).

---

  - **Medikamente:** Schmerzmedikamente benötigen einige Zeit bevor die Wirkung einsetzt: Nach der Einnahme, resorbiert der Magen die Wirkstoffe. Diese werden durch die Blutbahn transportiert bevor sie auf Zellebene Ihre Wirkung entfalten können. Nehmen Sie nach der Operation die Schmerzmedikamente spätestens dann ein, wenn Sie ein leichtes Störgefühl in der Hand bei Nachlassen der Anästhesie empfinden. So verhindern Sie «den Schmerzen hinterher zu laufen».

---

  - **Vitamin C:** Es gibt Hinweise, dass Vitamin C eine prophylaktische Wirkung auf die Entstehung eines posttraumatischen oder postoperativen Schmerzsyndroms hat. Daher empfehle ich Ihnen eine ausgeglichene und Vitamin-C reiche Ernährung. Beginnen Sie einige Tage vor der geplanten Operation und führen Sie diese idealer Weise bis 5-6 Wochen nach der Operation durch (PDF Vitamin C).

---

  - **Begleitung:** Es ist empfehlenswert, dass Sie die ersten 24h nach der Operation nicht alleine sind.

---

  - Für alle weiteren Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.