

Schnelle Genesung dank Fast Track Chirurgie

INFOS
FÜR
PATIENTEN

Tragen Sie aktiv zu Ihrem
Heilungserfolg bei.



ammerland
linik

gemeinsam. menschlich. nah.

Liebe Patientin, lieber Patient,

FAST TRACK CHIRURGIE (übersetzt „Schnelle Schiene“) ist eine Behandlungsmethode mit der wir eine besonders rasche und für den Patienten bestmögliche Genesung nach einer Operation im Bauchraum erreichen können. Kombiniert mit den etablierten minimal invasiven Schlüssellochoperationen und der roboterassistierten Chirurgie birgt sie eine Vielzahl von Vorteilen für den Patienten.

Was ist das Fast Track Verfahren?

Früher galten Operationen im Bauchraum als mittelgroßer chirurgischer Eingriff, nach dem Patienten häufig über zehn Tage im Krankenhaus bleiben mussten. Die Fast Track Methode zielt darauf ab, den Körper nach der Stresssituation einer Operation durch verschiedene Maßnahmen schneller wieder ins Gleichgewicht zu bringen und die Selbstregulation in Gang zu setzen. Auf diese Weise werden allgemeine Komplikationen, wie Lungenentzündungen, Harnwegsinfekte oder Thrombosen reduziert.

Das Konzept beginnt bereits bei der OP-Vorbereitung und wird bis zur Entlassung weiterverfolgt. Hierzu arbeiten verschiedene Berufsgruppen – Chirurgen, Anästhesisten, Pflegekräfte, Ernährungsberatung, Physiotherapeuten und Fast Track Assistenten – eng zusammen.

Damit das Fast Track Verfahren gelingt, ist es wichtig, dass die Patienten gut auf das Konzept vorbereitet werden. Dazu beziehen wir Sie bereits vor der Operation mit ein und erklären Ihnen gerne, was Sie aktiv zu Ihrer Genesung beitragen können. Auf den folgenden Seiten haben wir Ihnen die wichtigsten Informationen zusammengefasst.



Die Vorteile auf einen Blick



SCHNELLER FIT NACH DER NARKOSE

In der Fast Track Chirurgie erhalten Patienten eine schonendere Narkose, aus der sie schneller erwachen. Zudem müssen sie nach der Operation weniger starke Schmerzmittel nehmen, die neben Müdigkeit auch eine verminderte Darmtätigkeit sowie Übelkeit und Erbrechen verursachen.



KURZE ERHOLUNGSZEIT

Durch die progressiven Maßnahmen nach der OP geben wir dem Körper die Möglichkeit, sich schneller zu erholen. Denn werden die Körpersysteme erst einmal durch langes Liegen und den verzögerten Beginn der natürlichen Nahrungsaufnahme durcheinander gebracht, dauert es wesentlich länger, bis sich alles wieder normalisiert.



MILDERE METHODEN ZUR OP-VORBEREITUNG

Die regelhafte Darmspülung wird vor einer Operation nicht mehr durchge-

führt, da sie unter anderem zu einer ungünstigen Elektrolytverschiebung im Körper führt. Auch unangenehme Einläufe gehören der Vergangenheit an.



ESSEN UND TRINKEN

Dank des Fast Track Verfahrens können und sollen unsere Patienten bis zwei Stunden vor dem Eingriff klare Flüssigkeiten trinken. Zudem erhalten sie bereits vier Stunden nach dem Eingriff etwas zu trinken und leichte Kost. In den folgenden Tagen wird zunehmend feste Nahrung angeboten, so dass wir auf zusätzliche Infusionen verzichten können.



MOBILISIERUNG

Unser Ziel ist es, Sie schnell wieder fit zu machen. Noch am Operationstag mobilisieren wir unsere Patienten. Sie gehen, unterstützt von einer Pflegekraft, ein paar Schritte oder sitzen für längere Zeit an der Bettkante. Am nächsten Tag beginnt dann ein gezieltes physiotherapeutisches Aufbauprogramm.

VOR DER OPERATION S. 7



Aufklärung
durch Chirurg



Aufklärung
durch Anästhesist



**Erklärung des
Verfahrens** durch
Fast Track Assistent

DIE OPERATION



Schonende
Narkose



**Minimalinvasive
Chirurgie** und
keine Drainagen



Zwei Stunden
vor der OP:
keine Flüssigkeit



Punktgenaue
Schmerztherapie



Frühe **Mobilisation**
und **Physiotherapie**



Postoperative
Schmerzkontrolle



In **Bewegung**
bleiben



Mit dem **Rauchen**
aufhören, Alkohol-
konsum reduzieren



Gewichtsreduktion
(falls nötig)

UNMITTELBAR VOR DER OPERATION S. 9



Sechs Stunden
vor der OP:
kein Essen



Am Vortag:
Kohlenhydrathaltige
Lösung trinken



Am Vortag:
kein Alkohol

NACH DER OPERATION S. 10



Frühe **orale**
Ernährung



Weniger
Komplikationen
und verkürzter
Krankenhaus-
aufenthalt



Entlassung



IM VORFELD DER OPERATION
ERFOLGT DIE AUFKLÄRUNG
DURCH IHREN CHIRURGEN UND
DEN ANÄSTHESISTEN. ZUDEM
WERDEN SIE VON UNSEREM
FAST TRACK ASSISTENTEN
ÜBER DAS FAST TRACK PRINZIP
AUFGEKLÄRT UND AKTIV IN DIE
BEHANDLUNG EINGEBUNDEN.

Vorbereitung auf die Operation



BLEIBEN SIE IN BEWEGUNG

Machen Sie täglich kurze Spaziergänge oder leichten Sport, ohne sich zu verausgaben. Damit fördern Sie Ihre Beweglichkeit und die Kreislauf-funktion.



STELLEN SIE DAS RAUCHEN FRÜHZEITIG EIN

Stoppen Sie Ihr Rauschverhalten vier Wochen vor der Operation. Hilfen hierzu können Sie bei Ihrem Hausarzt oder der Krankenkasse erfragen.



REDUZIEREN SIE IHREN ALKOHOLKONSUM

Bereits in den Wochen vor der Operation sollten Sie Ihren Alkoholkonsum auf ein Minimum beschränken. Am Vortag Ihrer Operation dürfen Sie keinen Alkohol mehr trinken.



HILFE NACH DER OPERATION

Eventuell benötigen Sie nach Ihrer Entlassung vorübergehend Unterstützung durch Familie und Freunde. Bereiten Sie sich am besten bereits vor der Operation auf Ihre Rückkunft vor. Die Entlassung erfolgt zwischen vier und sieben Tagen nach der Operation.



KOHLENHYDRATHALTIGE TRINKLÖSUNG

Unmittelbar vor der Operation nehmen Sie zweimalig eine kohlenhydrathaltigen Trinklösung zu sich. Die letzte Einnahme erfolgt ca. zwei Stunden vor der Operation.

Wenn Sie vorerkrankt sind, könnte es erforderlich sein, einen Facharzt aufzusuchen, eventuelle Medikamenteneinstellungen zu überprüfen oder Voruntersuchungen durchführen zu lassen. Dies wird im Gespräch mit dem Chirurgen und Narkosearzt besprochen.



DURCH DEN EINSATZ VON MINIMAL INVASIVEN OPERATIONSVERFAHREN IN KOMBINATION MIT EINER SCHONENDEREN NARKOSE WIRD IHR KÖRPER WENIGER BELASTET.

Essen & Trinken am Vortag der Operation

01

Sie dürfen **NORMALE BIS LEICHTE KOST** zu sich nehmen. Hierbei vermeiden Sie bitte große Portionen, Hülsenfrüchte, fettreiche Speisen und Kohlgemüse. Zudem sollten Sie mindestens **1,5 LITER TRINKEN** und **AUF ALKOHOL VERZICHTEN**.

02

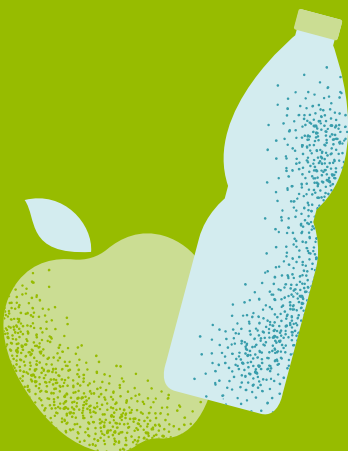
Spätestens **SECHS STUNDEN** vor Beginn der Operation dürfen Sie **NICHTS MEHR ESSEN**.

03

Sie sollten am Tag vor der Operation **KALORIENREICHE GETRÄNKE OHNE KOHLENSÄURE** (z. B. Apfelsaft oder Eistee) zu sich nehmen. Dies ist wichtig, um den Kohlenhydratspeicher des Körpers optimal aufzufüllen. Zu diesem Zweck erhalten Sie eine spezielle **KOHLENHYDRATREICHE TRINKLÖSUNG**, die Sie morgens und abends zu sich nehmen. Bevor Sie sich auf den Weg ins Krankenhaus machen, sollten Sie die letzte Packung der kohlenhydratreichen Trinklösung zu sich nehmen.

04

Bis **ZWEI STUNDEN** vor der Operation dürfen Sie noch Flüssigkeit trinken (ausgenommen sind Milch, kohlen-säurehaltige und alkoholische Getränke).



Erste Schritte nach der Operation



OPERATIONSTAG: ÜBERWACHUNGSSTATION

Nach Ihrer Operation verbringen Sie den Operationstag auf der Überwachungsstation (Intermediate Care). Dort können wir Ihren Gesundheitszustand am besten im Auge behalten.

Bereits **VIER BIS SECHS STUNDEN** nach der Operation erhalten Sie etwas zu trinken (Wasser oder Tee) und eine erste kleine Mahlzeit (fettarmer Joghurt, Energiedrink oder medizinische Trinknahrung). Achten Sie hierbei auf einen langsamen Verzehr und kleine Schlucke. Bei guter Verträglichkeit können Sie am Abend eine leicht verdauliche Suppe zu sich nehmen. Gleichzeitig beenden oder reduzieren wir die Flüssigkeitszufuhr durch Infusionen.

Um die Darmtätigkeit anzuregen, ist Kaugummikauen hilfreich.

Noch am Operationstag mobilisieren wir Sie. Hierzu setzen Sie sich mit Hilfe einer Pflegekraft an die Bettkante, stehen auf oder gehen sogar bereits ein paar Schritte.

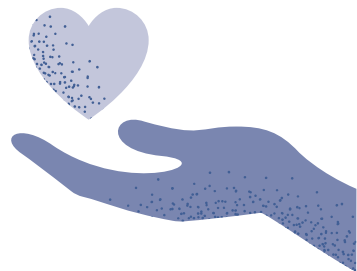


TAG 1: NORMALSTATION

Die Blasen- und Wundkatheter werden Ihnen am ersten Tag nach der Operation entfernt. Danach sollten Sie für den Toilettengang das Badezimmer aufsuchen. In der Regel können Sie am ersten Tag nach der Operation bereits auf die Normalstation verlegt werden.

Mit Unterstützung des Fast Track Assistenten oder der Physiotherapie werden Sie mindestens zweimal am Tag einen Spaziergang über den Stationsflur machen und verbringen bereits acht Stunden außerhalb des Bettes (Lehnstuhl, Aufenthaltsraum). Dies hilft Ihnen, einer Muskelschwäche und Venenthrombosen vorzubeugen.

Auch Mahlzeiten sollten Sie außerhalb des Bettes einnehmen. Setzen Sie sich bitte bereits während des leichten



Frühstücks an den Tisch. Verzichten Sie auf fettreiche Speisen, auf Rohkost sowie auf Körniges/Ballaststoffreiches. Wählen Sie dazu gerne unser Angebot der leichten Vollkost. Nehmen Sie zudem ausreichend Flüssigkeit zu sich.

Wiederholen Sie mehrmals pro Stunde Ihre Atem- und Hustenübungen.



TAG 2 BIS 4: NORMALSTATION

Spazieren Sie auf dem Flur der Station mindestens dreimal am Tag entlang. Wir werden Sie dazu ermuntern, jeden Tag etwas mehr zu laufen.

Halten Sie sich den ganzen Tag außerhalb des Bettes auf, mindestens jedoch acht Stunden pro Tag. Für Toilettengänge, zum Waschen und zum Duschen benutzen Sie bitte das Badezimmer.

Nehmen Sie Ihre Mahlzeiten sitzend an dem Tisch ein. Sie erhalten ausschließlich bekömmliche Mahlzeiten. Dabei sollten die Portionen nicht zu groß sein und gleichmäßig über den Tag verteilt werden. Wenn Sie nicht sicher sind, ob Ihnen das angebotene Essen bekommen wird, lassen Sie es lieber weg. Nehmen Sie ausreichend Flüssigkeit (mind. 1,5 Liter) zu sich und kauen Sie dreimal täglich je 15 bis 30 Minuten Kaugummi.

Ihre Experten



DR. MUNEER DEEB
Chefarzt der Allgemein-
und Viszeralchirurgie



ANDREAS RACKWITZ
Oberarzt der Allgemein-
und Viszeralchirurgie

T +49 (0)4488 50-6991 (Hotline)
F +49 (0)4488 50-6999
ach@ammerland-klinik.de
www.ammerland-klinik.de/
allgemeinchirurgie



SANDRA HOFER
Onkologische
Fachkrankenschwester



Ammerland-Klinik GmbH

Lange Straße 38

26655 Westerstede

T 04488 50-0

www.ammerland-klinik.de

Amtsgericht Oldenburg, HRB 120783

Hauptgeschäftsführer: Axel Weber

Medizinischer Geschäftsführer: Dr. Peter Ritter

Gestaltung und Illustrationen: Stockwerk2 GmbH, www.stockwerk2.de

Fotos: Lukas Lehmann (Titel, S. 6, 8, 11 Portrait unten);

Nikolai Wolff, Fotoetage (S. 11 Portraits oben); stock.adobe.com/lssara (S. 2)

