



Abteilung für Allgemeine Chirurgie, Viszeralchirurgie,  
minimal-invasive Chirurgie, Sektion Unfallchirurgie



**Dr. med. Bernhard Limper, MHBA**  
Leitender Arzt

**Sekretariat**

Telefon 02330 62-3444  
Telefax 02330 62-4042  
[chirurgie@gemeinschaftskrankenhaus.de](mailto:chirurgie@gemeinschaftskrankenhaus.de)



GEMEINSCHAFTSKRANKENHAUS  
HERDECKE

## *Nachsorge bei einer Leistenbruch- operation*

INFORMATIONEN FÜR PATIENT\*INNEN  
UND ANGEHÖRIGE



GEMEINSCHAFTSKRANKENHAUS  
HERDECKE

Gerhard-Kienle-Weg 4  
58313 Herdecke  
Telefon 02330 62-0  
[www.gemeinschaftskrankenhaus.de](http://www.gemeinschaftskrankenhaus.de)

# Nachsorge bei einer Leistenbruchoperation



Nach einer Leistenbruchoperation können Sie durch Ihr Verhalten den Heilungserfolg positiv beeinflussen. Bitte beachten Sie daher folgende Hinweise:

## **AUFSTEHEN UND LAUFEN**

Nach dem Abklingen der Narkosewirkung können Sie aufstehen, sich strecken und für etwa 10 Minuten im Stationsbereich umhergehen. Das Pflegepersonal unterstützt Sie dabei gerne.

## **BEKLEIDUNG**

Tragen Sie in den ersten acht Tagen eine enganliegende Unterhose. Bei Männern kann dies das Risiko einer nachfolgenden Hodenschwellung reduzieren.

## **UMGANG MIT DER OPERATIONSWUNDE**

Die Fäden und der Hautkleber lösen sich von allein auf. Am Tag der Operation wird die Wunde zusätzlich mit einem Pflaster abgedeckt, das Sie später selbst entfernen können. Im Anschluss ist das Duschen wieder erlaubt. Das Baden in einer Wanne sollte hingegen erst nach 14 Tagen erfolgen.

## **KÖRPERLICHE BELASTUNG & ARBEITSFÄHIGKEIT**

Wir empfehlen Ihnen, erst ab dem dritten Tag nach Ihrer Operation selbstständig ein Kraftfahrzeug zu steuern, da bis

zu diesem Zeitpunkt eine schmerzhaft Reaktionsverzögerung auf der operierten Seite bestehen kann. Abhängig von Ihrer Tätigkeit sollten Sie in der Regel zwei Wochen nach der Entlassung aus dem Krankenhaus wieder arbeitsfähig sein.

## **SPORTLICHE AKTIVITÄT**

Prinzipiell gilt, dass Sie jede Sportart ausüben dürfen, bei der Sie keine Schmerzen spüren.

Vermeiden Sie zunächst ruckartige, kraftvolle Bewegungen, und passen Sie die Intensität Ihrer Aktivität Ihrer Schmerzempfindung an.

Orientieren Sie sich hierfür an folgendem Schema:

- ab der 1. Woche: leichte Sportarten wie z. B. Wandern
- ab der 2. Woche: mittelschwere Sportarten wie z. B. Fahrradfahren und leichtes Joggen
- ab der 3. Woche: alle Ballspiele wie Fußball, Tennis, Golf sowie jeglicher Leistungssport

## **INTIMVERKEHR**

Intimverkehr ist ab der zweiten Woche nach Ihrer Operation möglich, sofern keine Schwellung im Operationsgebiet vorliegt. Bei Männern sollte eine etwaige Hodenschwellung abgeklungen sein.

## **STUHLGANG**

Wir empfehlen Ihnen zur Stuhlregulierung ein mildes Abführmittel (z. B. Movicol®). Vermeiden Sie zu starkes Pressen beim Stuhlgang.

## **WUNDSCHMERZ**

Der Wundschmerz ist bei allen Patient\*innen in Intensität und Dauer unterschiedlich. In den ersten beiden Tagen können Sie die Wunde vorsorglich kühlen. Zusätzlich erhalten Sie von uns ein mildes Schmerzmittel. Spätestens drei Wochen nach der Operation sollte der Wundschmerz abgeklungen sein. Andernfalls suchen Sie bitte uns oder Ihre\*n Hausarzt\*in auf.

Wir hoffen, dass diese Hinweise Ihre Fragen beantworten und zu Ihrem Wohlbefinden beitragen. Für weitere Fragen stehen wir Ihnen jederzeit gerne zur Verfügung.