

## Kontakt

Katholische Kliniken im Märkischen Kreis

### Bethanien Krankenhaus Iserlohn

Bethanienallee 3  
58644 Iserlohn

### Gynäkologie und Geburtshilfe



**Dr. med. (syr.)  
Farah Aljallab**  
Chefärztin  
Fachärztin für Frauenheilkunde  
und Geburtshilfe

### Sekretariat

**T** 02371 212 350  
**E** frauenklinik-bki@kkimk.de

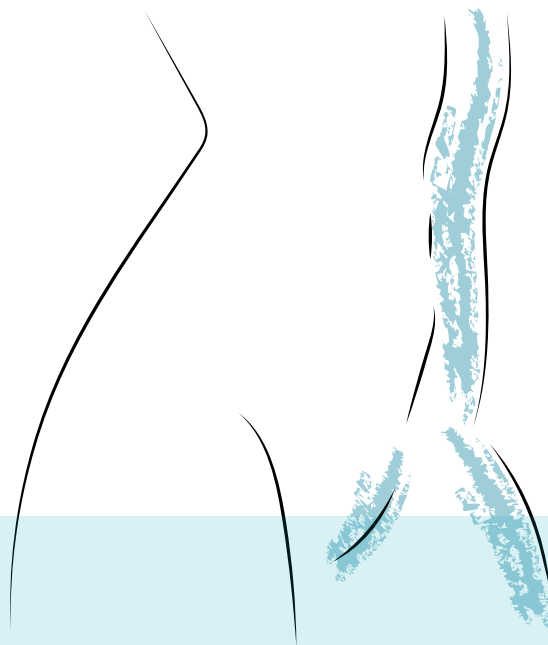
### Urogynäkologische Sprechstunde

**T** 02371 212 350

**W** kkimk.de



**Katholische Kliniken  
im Märkischen Kreis**



## INFORMATIONEN NACH BECKENBODENOPERATION



Gynäkologie und Geburtshilfe

**Bethanien Krankenhaus Iserlohn**

## Sehr geehrte Patientin,

bei Ihnen wurde eine Senkungsoption durchgeführt. Danach sollten Sie sich körperlich schonen, denn sonst besteht die Gefahr, dass erstmalig eine Harninkontinenz auftritt oder sich eine bereits vorhandene Inkontinenz verschlimmert. Bitte stellen Sie sich drei Monate nach der Operation in unserer urogynäkologischen Sprechstunde vor. Falls Sie nicht direkt nach der Entlassung einen Termin bekommen haben, erhalten Sie diesen unter der Nummer: 02371 212 350. Ein zweiter Nachsorgetermin findet nach weiteren drei Monaten statt.

### **Liebe Patientin, hier noch einige Hinweise für zu Hause:**

Leichte Schmerzen im Bereich der rechten Gefäßregion, die meist vorübergehend sind, können mit Paracetamol behandelt werden.

Gelblicher Ausfluss (speziell bei Biomesh) ist kein Eiter, sondern weist auf den Abbau des Biomeshs hin.

Die alleinige Korrektur einer Senkung kann aus physiologischen Gründen zu einer Inkontinenz führen. Die Behebung dieser Harninkontinenz sollte im Intervall (frühestens nach sechs Monaten) erfolgen. Bitte sprechen Sie Ihren behandelnden Arzt darauf an, damit er Sie in die Klinik einweisen kann oder besprechen Sie dieses Problem mit uns im Rahmen der Abschlussuntersuchung nach sechs Monaten (s.o.). Sollten sich im weiteren Heilungsverlauf immer wiederkehrende Harnwegsinfektionen einstellen, häufiges nächtliches Wasserlassen auftreten oder Sie das Gefühl haben, die Blase wird nach dem Wasserlassen nicht leer, so zögern Sie nicht, Ihren Frauenarzt zu konsultieren, damit er Sie, wenn notwendig, an unsere urogynäkologische Sprechstunde überweist.

Mit freundlichen Grüßen

**Dr. med. (syr.) Farah Aljallab**

Chefärztin der Gynäkologie und Geburtshilfe

## Die wichtigsten Tipps auf einen Blick

- I In den ersten sechs Wochen beispielsweise nichts Schweres heben. Danach Steigerung der körperlichen Aktivitäten.
- I Duschen ist jederzeit gestattet, Vollbäder, Schwimmbadbesuche, Geschlechtsverkehr erst, wenn die Scheidenwunden abgeheilt sind. Dies dauert in der Regel etwa 4-6 Wochen. Während dieser Zeit sollte der Frauenarzt konsultiert werden, um den Heilungsverlauf zu kontrollieren.
- I Scheide, Harnröhre und Blase sind hormonabhängige Gewebe. Daher muss bei Patientinnen in bzw. nach den Wechseljahren nach einer OP anfangs öfter, später seltener Östrogen in die Scheide gegeben werden, um Heilung und Funktion zu unterstützen.
- I Beckenbodentraining ist regelmäßig zu absolvieren. Beginn ca. 6-8 Wochen nach der OP unter physiotherapeutischer Anleitung.
- I Nachuntersuchungen nach drei und sechs Monaten in unserer Klinik.
- I Sport und vergleichbare Aktivitäten dürfen Sie nach 4-8 Wochen wieder aufnehmen.
- I Wichtig ist, für weichen und regelmäßigen Stuhlgang zu sorgen, damit kein Pressen erforderlich wird. Eventuell Unterstützung durch Lactulose, Quellmittel, Ballaststoffe und reichlich Flüssigkeitszufuhr.
- I Da sowohl starkes Übergewicht als auch eine chronische Verstopfung den Druck auf die Harnblase erhöhen, wirken sie sich negativ auf die Blasenschwäche aus. Um häufigen Harnwegsinfektionen vorzubeugen, wird die Patientin angehalten, mindestens zwei Liter täglich zu trinken, so dass die Niere und die ableitenden Harnwege ausreichend gespült werden. (Preislessan kann einen günstigen Effekt haben. 2 Lutschtabletten täglich sind ausreichend; zunächst Therapie über drei Monate).