



WIRBELSÄULENTHERAPIE
AM RINDERMARKT

PATIENTENINFORMATION NACH WIRBELSÄULENOPERATIONEN

Liebe Patientin, lieber Patient,

Sie wurden an Ihrer Wirbelsäule operiert. Der Erfolg der Behandlung hängt nicht nur von der Operation selbst, sondern auch von einer konsequenten Nachbehandlung ab.

Die folgenden Empfehlungen sollen Ihnen Orientierung für die ersten Wochen nach dem Eingriff geben. Individuelle Anweisungen Ihres Operateurs haben stets Vorrang.

Die ersten Tage nach der Operation

Stationärer Aufenthalt

Der stationäre Aufenthalt beträgt in der Regel:

- ca. 3 Tage nach mikrochirurgischen oder endoskopischen Dekompressionsoperationen sowie nach ventralen Operationen an der Halswirbelsäule
- ca. 5–7 Tage nach Stabilisierungsoperationen (Spondylodesen)

Schmerzmedikation

Sollten nach der Entlassung weiterhin Schmerzmedikamente erforderlich sein, werden diese über unsere Praxis verordnet.

Wundversorgung

Die Operationswunde wird in der Regel geklebt oder mit selbstauflösenden Fäden verschlossen.

Bitte beachten Sie:

- Pflaster regelmäßig wechseln
- zum Duschen wasserdichte Duschpflaster verwenden
- keine Salben oder Cremes auf die Wunde auftragen

Kontrolltermine

Die erste Nachuntersuchung erfolgt in der Regel nach 1–2 Wochen.

Weitere Kontrollen erfolgen:

- nach 6 Wochen

- anschließend nach individueller Vereinbarung
-

Bewegung und Belastung

Für die ersten 6 Wochen nach der Operation empfehlen wir:

Vermeiden Sie

- Heben und Tragen von Lasten über 5 kg
- starke Beugebewegungen
- starke Rotationsbewegungen
- ruckartige Belastungen

Erlaubt und erwünscht

- ✓ Gehen
- ✓ Treppensteigen
- ✓ kurze Spaziergänge
- ✓ leichte Alltagstätigkeiten
- ✓ regelmäßige Positionswechsel

WICHTIG: Bewegung fördert die Heilung – vermeiden Sie jedoch Überlastungen.

Physiotherapie

Die physiotherapeutische Behandlung sollte etwa 1–2 Wochen nach der Operation beginnen.

Ziele der Therapie:

- Wiederherstellung der Beweglichkeit
 - Stabilisierung der Rumpfmuskulatur
 - Verbesserung von Koordination und Haltung
 - schrittweise Belastungssteigerung
-

Arbeit, Sport und Autofahren

Arbeitsfähigkeit

- Büroarbeit: ca. 2–6 Wochen
- leichte körperliche Tätigkeit: ca. 4–8 Wochen
- schwere körperliche Tätigkeit: ca. 6–12 Wochen oder länger

Sport

Die körperliche Aktivität wird schrittweise gesteigert. Leichte sportliche Aktivitäten sind häufig nach 4–6 Wochen möglich.

Autofahren

Wir empfehlen, frühestens nach 3–6 Wochen wieder aktiv am Straßenverkehr teilzunehmen.

Bitte kontaktieren Sie uns umgehend bei

- Fieber
- Wundheilungsstörungen
- zunehmenden Rücken-, Nacken- oder Beinschmerzen
- neu auftretenden Gefühlsstörungen
- neu auftretenden Lähmungserscheinungen
- Blasen- oder Darmfunktionsstörungen

Wirbelsäulentherapie am Rindermarkt

Prof. Dr. Karsten Schöller
Prof. Dr. Stefan Zausinger

Rindermarkt 16 · 80331 München

Telefon: +49 (0)89 4132 6174 0

info@wt-ar.de · www.wt-ar.de