



AUFGABEN ZU HAUSE NACH EINER GOLDADEROPERATION

WUNDENBEHANDLUNG:

- **Kamillensitzbad** – auch mehrmals am Tag
- **Duschen** – mehrmals am Tag bzw. nach Darmentleerung, neben oder anstelle von Toilettenpapiergebrauch.
- **Eisen** – auch mehrmals am Tag kurzes Eisen von je einer Minute.

TIPP: Schlingen Sie einen Knoten den 4 Fingern eines Gummihandschuhs, lassen Sie den Bereich des Zeigefingers frei, füllen Sie diesen Bereich mit Wasser auf, dann schlingen Sie einen Knoten auch im Bereich des Handgelenks. Setzen Sie das in den Tiefkühlschrank. Lassen Sie NICHT, das hart zu frieren, es ist am idealsten, wenn das innen enthaltene Wasser zu Graupe wird. Es ist wichtig, dass das Eisen nur im Außenbereich der Operationsstelle durchgeführt werden kann, innerhalb der Darmöffnung ist das Eisen verboten!

- **Reinheitseinlage** – diese Art von Wunde heilt mit Sekretion, deshalb ist es zum Schutz der Wäsche empfohlen, Reinheits- oder Intimeinlage zu verwenden.

ERNÄHRUNGSRATSCHLÄGE:

- **Hunger ist VERBOTEN! Bitte, halten Sie drei Hauptmahlzeiten am Tag!**
- **Paraffinöl** (3x1 Esslöffel, aber wenn das Dejekt zu dünn ist, dann soll die Menge auf 3 x 1 Teelöffel reduziert werden, weil das zu dünne, flüssige Dejekt kann die Darmöffnung aufätzen.)
- **Empfohlen:** sehr viel Gemüse (Salate, gekochtes Gemüse), Frucht (Pflaume, Pfirsich, Kirsche, Datteln), Milchprodukte, Fleische, Fische, Suppen, Gemüse, Fruchtsäfte (z. B.: Pfirsichsaft) zu sich zu nehmen.
- **Zu vermeiden:** Bolle, Bollenprodukte, Banane, Schokolade, Kakao, Reis und im Allgemeinen der Verbrauch von Speisen, welche Verstopfung verursachen. Es lohnt sich weiterhin, sich von dem Verbrauch von würzigen, säurigen Lebensmitteln (z. B.: Essig, Peperoni) sowie säurigen Erfrischungsgetränken (z. B.: Orangensaft) fernzuhalten.

SCHMERZLINDERUNG:

- **Donalgin** – maximale Portion 3 Kapseln pro Tag. Falls Sie keine großen Schmerzen haben, ist das kontinuierliche Nehmen unnötig, weil es in bestimmten Fällen Durchfall verursachen kann.
- **Suppositorien:** Analgetica: Schmerzlinderung (2x1 am Tag)
Benzocaini: Überhäutungssuppositorium, das die Wundenheilung unterstützt (2x1 am Tag)

TIPP: Vor Aufsetzen des Suppositoriums streichen Sie Lidocain Salbe in Erbsengröße zur Darmöffnung, welche sich in kurzer Zeit einsaugt und den Operationsbereich schmerzlos macht. Nachdem Sie das Suppositorium aus dem Kühlschrank ausgenommen haben, erwärmen Sie die Spitze mit Ihren Fingerbeeren ein bisschen, so wird das etwas glitschiger bzw. Sie können auch ein bisschen von der Lidocain Salbe darauf schmieren, dadurch das zügige Gleiten des Suppositoriums unterstützend.

- **Lidocain Salbe** – In den Apotheken ohne Rezept erhältlich, bei Bedarf lindert die Schmerzen direkt auf den Operationsbereich aufgetragen.