

## Verhaltensregeln nach einer OP

### Was Sie nach einem operativen Eingriff beachten sollten:

1. Essen Sie erst etwas, wenn die Anästhesie abgeklungen ist.
2. Spülen bzw. trinken Sie frühestens nach 2 Stunden.
3. Vermeiden Sie Kaffee, Tee (Schwarztee), Alkohol, Hitze (Sauna, Sonnenbad) und größere körperliche Anstrengungen während der nächsten 7 Tage.
4. Rauchen Sie nicht, Nikotin verzögert die Wundheilung.
5. Eine geringe Nachblutung aus der Wunde ist normal. 1 Tropfen Blut mit Speichel vermischt, erscheint wie ein Mund voll Blut.
6. Kühlen Sie nur die ersten Stunden nach der Operation. Den Kühlbeutel nicht länger als eine 1/2 Minute auf einer Stelle belassen, damit keine Unterkühlung entsteht. Am besten öfters kurz kühlen.
7. Sitzen Sie nach der Operation möglichst aufrecht - die in jedem Fall auftretende Schwellung wird geringer sein.
8. Essen Sie möglichst keine Frischmilchprodukte mit Bakterienkulturen (z.B. Joghurt) für die nächsten 7 Tage. Die darin enthaltenen Milchsäurebakterien können zu Wundheilungsstörungen führen.
9. Sollten Sie wider Erwarten starke Beschwerden bekommen, rufen Sie uns bitte an.

**Unser Praxisteam wünscht Ihnen gute Genesung!**