

Sehr geehrte Patientinnen, sehr geehrte Patienten,

Bei Ihrer Herz-Operation wurde das Brustbein der Länge nach durchtrennt. Das Zusammenwachsen dieses Knochens dauert 8-12 Wochen. Bis dahin sollten Sie folgende Regeln berücksichtigen:

Thoraxverband

Der Brustkorbverband fixiert die Naht, unterstützt dadurch die Wundheilung und soll deshalb 6-8 Wochen getragen werden.



Hilfe beim Abhusten

Brustkorb mit gekreuzten Armen fixieren



oder

kleines Kissen an den Brustkorb drücken.



Unsere Therapieangebote

Unsere Behandlungsmaßnahmen basieren hauptsächlich auf den folgenden Methoden:

- > Atemtherapie
- > PNF
- > Behandlung am Schlingentisch
- > Behandlung nach McKenzie
- > Bobath
- > Manuelle Therapie
- > Entspannungstechniken
- > Isometrisches Muskeltraining
- > Entwicklungskinesiolog. Techniken
- > Ergometertraining
- > Kinesio-Tape
- > Manuelle Lymphdrainage
- > Triggerpunktbehandlung

Darüber hinaus haben Sie bei uns die Möglichkeit, sich mittels verschiedener Anwendungen aus dem Bereich der Physikalischen Therapie behandeln zu lassen (Wärme- und Kältetherapie, Massage, Elektrotherapie, Stangerbad und Bewegungsbad).

Sämtliche Angebote unserer Abteilung können Sie sowohl ambulant, als auch stationär in Anspruch nehmen.



Krankenhausgesellschaft
St. Vincenz mbH

St. Vincenz-Krankenhaus • Auf dem Schafsberg • 65549 Limburg/Lahn

Abteilung für Physiotherapie

Leitung: Fr. Patricia Grein

Tel.: (06431) 292-4446 • E-Mail: p.grein@st-vincenz.de

www.st-vincenz.de



Merkblatt für Patienten nach einer Herz-Operation



Nach einer Herz-Operation

Bis 10. postop. Tag



- > Liegen/Schlafen in Rückenlage
- > Arme nur symmetrisch heben

- > Aufstehen aus dem Bett



Kopfteil bis zum Sitz hochstellen



Vorsichtig mit stabilem Oberkörper an die



Bettkante drehen (siehe Bild).

Ab dem 10. postop. Tag

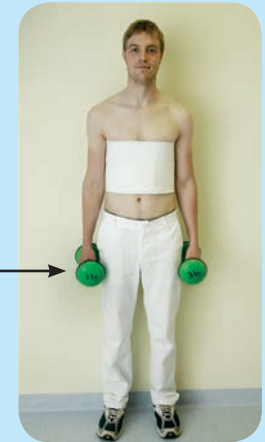
- > Treppe steigen
- > Seitlage nach Rücksprache erlaubt
- > Aufstehen über die Seitlage nach Anleitung (siehe Bild)



Ab der 7. postop. Woche

- > Bauchlage nach Rücksprache erlaubt
- > Leichte Lasten (bis max. 3 kg) tragen, gleichmäßig auf beide Arme verteilt

3 kg →



Wichtiges in Kürze

Sport

Gehen, Nordic Walking, Joggen und Radfahren sind besonders zu empfehlen.

Schwimmen

Nach abgeschlossener Wundheilung

Sonstige Sportarten

Nach Rücksprache mit dem Arzt

Bitte beachten Sie, dass dieses Merkblatt nur sehr allgemeine Informationen beinhaltet. In ihrem speziellen Fall könnten manche Empfehlungen gar nicht oder nur bedingt zutreffen. Sprechen Sie deshalb mit ihrem behandelnden Arzt.