

Verhaltensregeln im Rahmen Ihrer Gesichtsoption

Liebe Patientin, lieber Patient,

im Rahmen einer Gesichtsoption (z.B. nach Nasen-OPs, Lidstraffungen, Face-/Neck-Lifts) tauchen oftmals Fragen auf. Damit Sie sich schon jetzt auf Ihre Operation und die Zeit danach einstellen können, haben wir Ihnen nachfolgend einige Verhaltensregeln aufgeschrieben:

- Zu Ihrer Operation in Vollnarkose müssen Sie nüchtern erscheinen. Die genauen Karenzzeiten erfragen Sie bitte im Rahmen Ihres Narkosegesprächs beim Narkosearzt. Bei kleineren Eingriffen in Lokalanästhesie, z.B. bei Oberlidstraffungen, müssen Sie nicht nüchtern sein.
- Falls Sie eine Folgekostenversicherung abschließen möchten, so müssen Sie dies spätestens einen Tag vor Ihrer Operation tun. Achten Sie dabei auf den richtigen Tarif!
- 2 Wochen vor Ihrer Operation sollten Sie blutverdünnende Medikamente, wie z.B. Aspirin™, ASS und Marcumar, pausieren. Sollte dies aus medizinischen Gründen nicht möglich sein, so muss im Vorfeld zu Ihrer OP zusammen mit Ihrem Hausarzt/Internisten abgeklärt werden, wie das „Bridging“ durchzuführen ist.
- Mindestens 2 Wochen vor und nach Ihrer Operation müssen Sie auf Nikotin verzichten, am besten sogar 6 Wochen vor und nach Ihrer Operation. Dies gilt auch für Kautabak, Shishas, Nikotinpflaster und Nikotinkaugummi.
- Mindestens 1 Woche vor und nach Ihrer Operation müssen Sie auf Alkohol verzichten sowie auf übermäßigen Kaffee- und Schokoladengenuss.
- Am Operationstag verzichten Sie bitte auf den Gebrauch von Gesichtscremes, Make-up, verlängerte Wimpern und Kontaktlinsen. Während Ihrer Operation dürfen Sie kein Metall am Körper tragen, daher sind Schmuck, Ohrringe, Piercings etc. vorher abzulegen.
- Lassen Sie sich nach Ihrer Operation abholen. Sie selbst dürfen kein Auto fahren, dies gilt auch für ambulante Eingriffe in Lokalanästhesie.
- Schlafen Sie die ersten Nächte mit erhöhtem Kopfteil oder benutzen Sie mehrere Kopfkissen, falls sich Ihr Bett nicht verstellen lassen sollte.
- Nach Operationen an den Lidern können die Augen empfindlich gegen Wind und Sonneneinstrahlung sein. Das Tragen einer Sonnenbrille kann in diesen Fällen nützlich sein.
- Etwa eine Woche nach Ihrer Operation werden meist die Fäden gezogen, bei Nasenoperationen werden dann auch die Silikonsplints in der Nase und die äußere Aluminiumschiene entfernt.
- Nach Ihrer Operation sollten Sie nicht nur im Bett oder auf der Couch liegen. Die beste Thromboseprophylaxe ist Bewegung. Gehen Sie daher regelmäßig spazieren, am besten in Begleitung einer anderen Person. Außerdem sollten Sie nach Ihrer Operation genug und regelmäßig trinken.

- Blaue Flecken und Schwellungen nach einer Operation sind normal und verschwinden wieder. Sie können die Augen nach Lidstraffungen kühlen. Bitte vermeiden Sie hierbei direkten Kontakt von Eis mit der Haut bzw. den Augen. Sollte Eigenfett gespritzt worden sein, so dürfen die unterspritzten Areale nicht gekühlt werden!
- Vermeiden Sie unbedingt Arbeiten mit vornübergebeugtem Kopf für die ersten Tage nach Ihrer Operation. Dies gilt insbesondere nach Nasenoperationen. Blutdruckspitzen und hohe Pulsraten, z.B. durch Überanstrengung, Sport oder Geschlechtsverkehr, sind zu vermeiden.
- Belassen Sie die Tapes auf den Wunden bis zu Ihrem Kontrolltermin. Bei Nasenoperationen dürfen die Silikon-Splints und die Nasenschiene auf gar keinen Fall in Eigenregie abgenommen werden! Nach Ihrer Nasenoperation dürfen Sie nicht die Nase schnäuzen oder die Nase hochziehen. Tupfen Sie lediglich die Nase mit einem Taschentuch vorsichtig ab.
- Etwa 1 bis 2 Wochen nach Ihrer Operation können Sie mit der Narbenpflege beginnen, wenn Dr. Sattler das OK dafür gibt. Es empfiehlt sich ein silikonhaltiges Narbengel, welches ein- bis zweimal täglich auf die trockene Haut aufgetragen werden sollte. Frische Narben mögen kein UV-Licht. Direkte Sonneneinstrahlung oder der Besuch eines Solariums ist daher für einige Monate nicht zu empfehlen. Es gibt auch Narbengels mit integriertem Sonnenschutzfaktor.
- Gönnen Sie sich neues Make-up. Alte Puderdosen und Kajalstifte etc. sind meist mit Bakterien kontaminiert. Diese sollten nicht in die frischen Wunden gelangen.
- Auf den Besuch von Sauna, Dampfbad, Schwimmbad und Whirlpool müssen Sie für mindestens 6 Wochen verzichten. Gleiches gilt für Badeseen, Meer und öffentliche Schwimmbäder.
- Ernähren Sie sich ausgewogen und achten auf eine ausreichende Aufnahme von Proteinen, Vitamin C und Zink. Auf keinen Fall Nulldiäten oder Heilfasten direkt nach Ihrer Operation beginnen, da sonst die Wunden schlecht heilen könnten.
- Gegen Schwellungen hilft das Essen von Ananas. Das Enzym der Ananas (Bromelain), kann auch in Tablettenform eingenommen werden. Heparin-Salbe hilft gegen blaue Flecken und Diclofenac-Gel gegen Schwellungen, Schmerzen und Verspannungen. Bei entsprechenden Allergien dürfen diese Substanzen natürlich nicht verwendet werden.
- Eine Krankschreibung/AU nach Ihrer Operation ist durch Dr. Sattler nicht möglich. Sie können Ihren Hausarzt diesbezüglich fragen. Der Gesetzgeber sieht allerdings bei rein ästhetischen Eingriffen vor, dass Sie Erholungsurlaub zur Regeneration nehmen müssen, falls Sie nicht arbeitsfähig sind.

Gönnen Sie sich und Ihrem Körper eine Erholungszeit und seien Sie geduldig. Nehmen Sie die von uns gewählten Kontrolltermine unbedingt wahr und halten Sie sich an die o.g. Verhaltensregeln. In dringenden Notfällen außerhalb unserer Geschäftszeiten wenden Sie sich bitte an eine plastisch-chirurgische Notaufnahme, z.B. im UKE.

Ihr Team der Plastischen Chirurgie Dr. Sattler

Ich habe die Verhaltensregeln zur Kenntnis genommen und werde mich an diese halten.

Ort, Datum, Unterschrift Patient/Patientin