

Verhaltensempfehlungen und Informationen

nach Entfernung der Gebärmutter

Liebe Patientin,

um einen reibungslosen Heilungsverlauf nach Ihrer Operation zu unterstützen, empfehlen wir Ihnen die Beachtung folgender Punkte:

- **Schonen Sie sich, treiben Sie keinen Sport, heben und tragen Sie nichts Schweres (> 5 kg) für 6 Wochen.**

Auch danach empfiehlt es sich generell (zur Vorbeugung von Beckenbodenschwäche, Senkung, Inkontinenz), nicht schwer zu heben und den Beckenboden durch entsprechendes Training zu kräftigen. Vorsicht bei beckenbodenbelastenden „High-Impact“-Sportarten wie Springen / Mountainbiken etc.!

- **Haben Sie keinen Geschlechtsverkehr, führen Sie nichts in die Scheide ein (wie z.B. Tampons) und gehen Sie nicht baden für 4 Wochen**, um innere Infektionen zu vermeiden. Bei ungestörtem Heilungsverlauf ist all dies nach 4 Wochen uneingeschränkt wieder möglich.
- Bei Schmerzen können Sie jegliche oralen Schmerzmittel einnehmen, welche Sie bisher auch vertragen haben (z. B. Ibuprofen 400 mg Tabletten nach Bedarf, Mindestabstand von 6 h zwischen zwei Tabletten einhalten).
- Wir verwenden selbstauflösende Fäden, die bei ungestörtem Heilungsverlauf nicht entfernt werden müssen. Sollten Sie Wunden am Bauch haben (bei Entfernung der Gebärmutter mittels Bauchspiegelung oder offener Operation): halten Sie die Wunden stets sauber und trocken. Sie dürfen ohne Pflaster duschen, sollten danach die Wunden aber mit einem fusselfreien sauberen Tuch abtupfen oder sie gut lufttrocknen lassen.
- Vereinbaren Sie bereits jetzt einen Termin zur **Kontrolluntersuchung bei Ihrem Frauenarzt für in etwa 2 Wochen** nach der Operation. Hier wird Ihnen auch der feingewebliche Befund mitgeteilt.
- Eine Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung stellt Ihnen Ihr Haus- oder Frauenarzt aus.
- Im Falle von zunehmenden Schmerzen, übelriechendem Vaginalausfluss, starken Vaginalblutungen oder Fieber melden Sie sich bitte umgehend bei Ihrem Frauenarzt oder in unserer Notaufnahme.

☀ *Wir wünschen Ihnen eine gute Genesungszeit!*

☀ *Bei Beschwerden sprechen Sie uns gerne an, wir sind bemüht, eine Lösung für jedes Problem zu finden.*

☀ *Wenn Sie zufrieden waren, freuen wir uns sehr über eine positive Bewertung im Internet... ☺*

Ihr Team der Gynäkologie im Krankenhaus Hassfurt

Stand: 22.07.2026