

ROBOTER-ASSISTIERTE (DA VINCI)

# Radikale Prostatektomie

# Informationen und Empfehlungen für zu Hause

## **Beruf**

Unabhängig von der Schwere der körperlichen Arbeit gilt eine Arbeitsunfähigkeit bis sechs Wochen. Sie erhalten hierfür bei Austritt ein Arbeitsunfähigkeitszeugnis.

## **Inkontinenz/Kontinenz**

In den ersten zwölf Monaten nach der Operation kann es zu unkontrolliertem Urinverlust kommen. Zur Stärkung der Beckenbodenmuskulatur sollten Sie die Übungen gemäss Instruktion durch die Physiotherapie gewissenhaft durchführen. Sie erhalten bei Austritt eine Verordnung für die weitere ambulante Betreuung durch eine:n Physiotherapeut:in Ihrer Wahl. Inkontinenzmaterial können Sie in Apotheken, Drogerien oder bei Grosshändlern, wie Migros oder Coop beziehen. Je nach ärztlich definiertem Schweregrad der Inkontinenz gibt es unterschiedliche Jahrespauschalen, die über ein spezielles Rezept via Krankenkasse ausbezahlt werden. Falls der Urinverlust länger andauert, wird Ihr Urologe oder Ihre Urologin Sie über die verschiedenen Behandlungsmöglichkeiten aufklären. Gerne können wir für Sie bei unserem pflegerischen Fachpersonal einen Termin vereinbaren oder Sie wenden sich jederzeit an die Publicare AG. Sie erhalten dort Informationen bezüglich Einlagenhandhabung, Hautpflege und Abrechnungsmodalitäten.

## **Sport/Hobbys**

Vermeiden Sie alle Sportarten, die die Bauchmuskulatur beanspruchen sowie die Schweissproduktion erhöhen. Ideal sind kurze Spaziergänge und Laufen. Verzichten Sie für die nächsten drei bis sechs Monate auf das Velofahren, da der Sattel direkt auf das Wundgebiet drückt. Meiden Sie für die nächsten sechs Wochen heisse Vollbäder und Saunagänge, da dies die Blutungsgefahr erhöht. Bei Unklarheiten fragen Sie bitte Ihren Urologen oder Ihre Urologin.

## **Lasten heben**

Beim Tragen von schweren Lasten entsteht ein hoher Druck auf das Operationsgebiet. Als Folge können Nachblutungen oder Narbenbrüche auftreten. Wir empfehlen Ihnen deshalb, keine schwere körperliche Arbeit (Heben von 5 kg und mehr) zu verrichten.

## **Urinfarbe**

Die Urinfarbe kann bis zu sechs Wochen verändert sein. Eine bräunliche/konzentrierte Urinfärbung ist möglich. Es können auch kleine Gewebefetzen (Wundschorf), sowie ein Brennen beim Urinieren auftreten. Falls diese Beschwerden bis zum Nachkontrolltermin nicht abgeklungen sind, teilen Sie dies bitte Ihrem Urologen oder Ihrer Urologin mit.

## **Trinkverhalten**

Trinken Sie in den nächsten Wochen zwei bis drei Liter über den Tag verteilt. Eine Erhöhung der Trinkmenge bringt folgende Vorteile für Sie:

- Blut im Urin wird ausgeschwemmt
- Risiko für eine Blasenentzündung wird reduziert
- Verstopfung kann verringert werden

## **Stuhlgang**

Das Pressen beim Stuhlgang erhöht die Gefahr einer Nachblutung. Einige Tipps zur Vorbeugung einer Verstopfung:

- Morgens ein Glas Wasser auf nüchternen Magen trinken
- Einen Apfel auf nüchternen Magen essen
- Feigen über Nacht in ein Glas Wasser einlegen und am Morgen einnehmen

**❶ Medikamentöse Abführmittel sollten nur kurzfristig eingesetzt werden, da sie auf Dauer die Darmtätigkeit hemmen.**

## **Hautnaht**

Um Hautreizungen zu vermindern, sollten Sie eine pH-neutrale Seife verwenden. Zur idealen Wundheilung können Sie einen wesentlichen Beitrag leisten, indem Sie folgendes beachten:

- Nivea oder spezielle Narbensalbe zur leichten Massage benutzen (nach Fadenentfernung und ab der vierten Woche nach Operation)
- Schutz vor direktem Sonnenlicht während sechs Monaten
- Geduld haben – Juckreiz und gelegentlich gestörtes Empfinden lassen mit der Zeit nach

## **Sexualität**

Bei vielen Patienten ist während den ersten Monaten nach der Operation keine Erektion mehr vorhanden, da aus Gründen der Krebsheilung das Gefässnervenbündel, welches auf der Prostataoberfläche zum Penis läuft und für die Erektion eine grosse Rolle spielt, verletzt wird oder mitentfernt werden muss. Falls eine Wiederaufnahme der sexuellen Aktivität erwünscht ist, wird eine medikamentöse Unterstützung der Erektion mit Tabletten oder Spritzen in den folgenden Monaten häufig benötigt. Als Folge der Operation ist ein Samenerguss nicht mehr möglich. Wenden Sie sich bei weiteren Fragen zu diesem Thema an Ihren Urologen oder Ihre Urologin.

## **Bei folgenden Symptomen bitten wir Sie, umgehend Ihren Hausarzt/Urologen zu kontaktieren:**

- Der Urin ist stark blutig oder Blutgerinnsel sind im Urin ersichtlich
- Der Harnstrahl ist deutlich abgeschwächt
- Urin lösen ist nicht mehr möglich
- Starke Schmerzen in der Blasengegend oder im Flankenbereich
- Der Urin ist trüb oder übelriechend
- Auftreten von Fieber oder Schüttelfrost
- Neu auftretende Beinschmerzen oder Atemnot

**Alles Guati und Guati Besseri**

Kantonsspital Graubünden  
Departement Chirurgie, **Urologie**  
Loëstrasse 170, 7000 Chur  
+41 81 256 61 00 | ksgr.ch  
urologie@ksgr.ch

   KantonsspitalGR

## ZUSATZINFORMATION

# Radikale Prostatektomie

## Allgemeine Informationen

Der während der Operation eingelegte Blasenkatheter ist für eine problemlose Heilung der Naht zwischen Harnblase und Harnröhre wichtig.


Zur Prüfung der Dichtigkeit dieser Naht wird im Urologischen Ambulatorium eine Röntgenuntersuchung durchgeführt. Bis zur genannten Röntgenuntersuchung dürfen Sie bei einem guten Verlauf das Spital verlassen.

## Umgang mit Katheter und Urinbeutel zu Hause

- Der Katheterschlauch darf nie abgeknickt oder verdreht sein, da sonst der Urinabfluss blockiert ist.
- Der Urinbeutel muss immer unterhalb des Blasenniveaus getragen werden, damit ein Rückstau des Urins in die Blase vermieden wird.
- In der Nacht können Sie den Beinbeutel (500ml), den Sie tagsüber tragen, am Auslassventil mit dem grösseren Nachtbeutel (2000 ml) verbinden. Spülen Sie den Nachtbeutel morgens gut und mit ausreichend Wasser durch, so können Sie ihn abends wiederverwenden.
- Solange Sie den Katheter tragen, sollten Sie keine Beckenbodenübungen durchführen.

## Wiedereintritt zur Röntgenuntersuchung und Entfernung des Katheters

- Am fünften oder sechsten Tag nach der Operation erwarten wir Sie gerne im Urologischen Ambulatorium H4 zur Röntgenuntersuchung.
- Nach der Entfernung des Katheters bleiben Sie ein paar Stunden bei uns.
- Falls Sie möchten, nehmen Sie ein Buch, eine Tageszeitung oder ein Tablet mit.
- Der Physiotherapeut wird Sie in Übungen zur Stärkung der Beckenbodenmuskulatur anleiten.
- Durch eine Pflegefachperson erhalten Sie alle notwendigen Informationen bezüglich weiterem Verhalten zu Hause sowie eine Beratung und das Rezept für Inkontinenzmaterial.
- Nach der abschliessenden Ultraschalluntersuchung dürfen Sie nach Hause gehen.
- Bei Fragen dürfen Sie sich gerne bei uns in der Urologie melden.

 +41 81 256 62 82

Kantonsspital Graubünden  
Departement Chirurgie, **Urologie**  
Loëstrasse 170, 7000 Chur  
+41 81 256 61 00 | ksgr.ch  
urologie@ksgr.ch

   KantonsspitalGR