

stClaraspital

In besten Händen.

ERAS[®] Enhanced recovery after Surgery

Verbesserte Erholung nach der Operation.



Inhalt

6	ERAS®
8	Informiert vor dem Spitalaufenthalt
10	Vorbereitet auf den Spitalaufenthalt
13	Der Operationstag
14	Nach der Operation
18	Ihr Spitalaustritt
21	Das Nachfolgespräch
23	Ihr persönliches Tagebuch

Liebe Patientin, lieber Patient

Bei Ihnen ist eine Darmoperation geplant. Gerne möchten wir Pflegefachpersonen und Ärzt/innen des Bauchzentrums Sie mit dem Ablauf rund um die Operation vertraut machen. Diese Broschüre dient zu Ihrer Information und Beratung. Sie enthält Platz für Ihre Notizen und soll Ihnen als Tagebuch dienen.

Wir freuen uns, Sie zu betreuen, und wünschen Ihnen alles Gute!

Ihr Behandlungsteam am Claraspital

ERAS®

ERAS® (Enhanced Recovery after Surgery) ist ein umfassendes Behandlungskonzept mit dem Ziel, Ihr körperliches Gleichgewicht rund um die Operation so wenig wie möglich zu stören. Dies beschleunigt Ihre Genesung und bewahrt Ihre Selbstständigkeit in dieser Zeit. ERAS® ermöglicht es, Komplikationen nach der Operation zu vermindern, die Wundheilung zu verbessern und Sie möglichst erholt und gut informiert aus dem Spital austreten zu lassen.

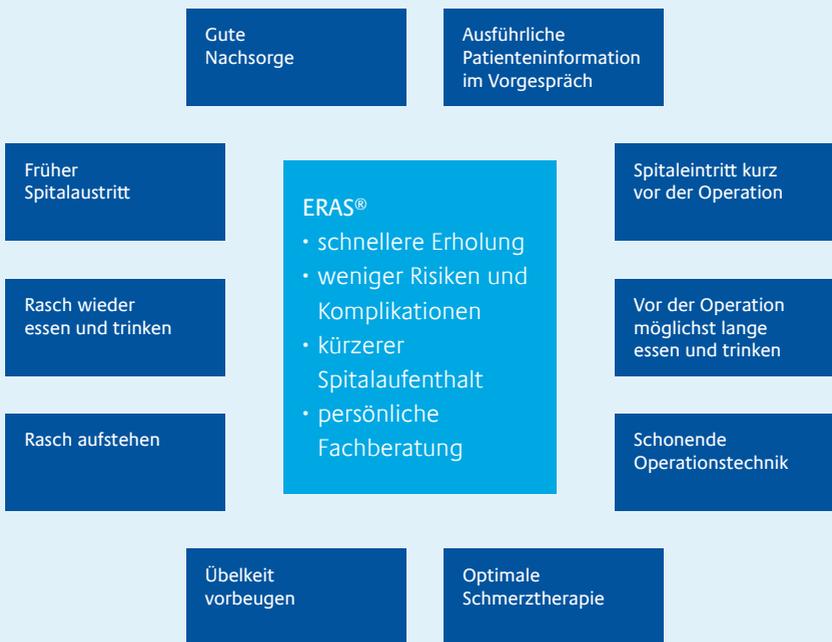
Das ERAS®-Konzept bringt nachfolgende Vorteile

- schonende Operationstechnik
- weniger Schmerzen
- geringeres Komplikationsrisiko
- persönliche Fachbetreuung

Enge Zusammenarbeit

Das ERAS®-Konzept beruht auf einer engen Zusammenarbeit zwischen Ihnen als Patient/in, den Ärzt/innen und den Pflegenden. Um die Behandlungsziele optimal zu erreichen, ist es wichtig, dass Sie sich aktiv am Programm beteiligen. Das bedeutet zum Beispiel, dass Sie sich kurz nach der Operation rasch wieder möglichst viel bewegen (siehe auch Tagebuch).

Wir legen grossen Wert darauf, dass Sie gut informiert sind und die Behandlungsschwerpunkte verstehen. Zögern Sie nicht, uns Fragen zu stellen.



Informiert vor dem Spitalaufenthalt

In der chirurgischen Sprechstunde werden Sie über den bevorstehenden Eingriff sowie die Nachbehandlung informiert. Sie erhalten eine schriftliche Operationsaufklärung. Diese bringen Sie bei Spitaleintritt unterschrieben wieder mit.

Aufenthalt besprechen in der ERAS®-Sprechstunde

Vor der Operation gehen Sie in die Sprechstunde der Anästhesie. Im Anschluss werden Sie von einer Pflegefachperson (ERAS®-Nurse) über den Spitalaufenthalt sowie die Nachbetreuung in der ERAS®-Sprechstunde detailliert informiert. Sie erfahren, was wir von Ihnen erwarten und was wir Ihnen zum Erreichen des gemeinsamen Ziels an Unterstützung bieten. Die ERAS®-Nurse wird Ihnen einige für Ihre Behandlung wichtige Fragen zu Ihrer Person stellen. Sie wird Sie persönlich zu wichtigen Themen wie Operationsvorbereitung, Ernährung, Bewegung und einigen weiteren Themen beraten.

Gut vorbereitet

Bereits vor dem Spitalaufenthalt werden wir mit Ihnen den Austritt nach Hause besprechen. Dies, damit Sie sich optimal vorbereiten können. Wir zeigen Ihnen mögliche Unterstützungsangebote auf und helfen Ihnen beim Organisieren. Falls Sie nach der Operation einen Kuraufenthalt wünschen, ist es ratsam, dies vorgängig mit Ihrer Krankenkasse abzusprechen. Bei zusätzlichen Fragen steht Ihnen das stationäre Case Management oder der Sozialdienst des Claraspitals gerne zur Verfügung.

Ihre Vertrauensperson mitnehmen

Nehmen Sie zum Vorbereitungsgespräch eine Vertrauensperson mit: Vier Ohren hören mehr als zwei.

Wichtige Kontaktperson

- Ihre ERAS®-Nurse +41 61 685 36 00
- Ihre Operateurin/Ihr Operateur +41 61 777 75 75

Die ERAS®-Nurse ist jeweils am Montag von 7.30 bis 16.30 Uhr sowie am Dienstag, Donnerstag und Freitag zwischen 13.30 bis 16.30 Uhr anwesend. Sollte die ERAS®-Nurse nicht erreichbar sein, zögern Sie nicht, eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter zu hinterlassen, wir rufen Sie gerne zurück. Ausserhalb der Beratungszeit wenden Sie sich an Ihre behandelnde ärztliche Fachperson.



Vorbereitet auf den Spitalaufenthalt



Ernährung

Ernähren Sie sich bis zur Operation ausgewogen und trinken Sie genügend; mindestens 2 Liter pro Tag.



Alkohol

Trinken Sie am Tag vor der Operation – besser noch in der Woche vor der Operation – keinen Alkohol. Bitte informieren Sie uns, wenn Ihnen der Verzicht auf Alkohol Mühe bereitet.



Rauchen

Sind Sie Raucher/in? Mit dem Reduzieren – oder im besten Fall Stoppen – des Rauchens verringern Sie die Gefahr einer Lungenkomplikation und fördern die Wundheilung nach der Operation.



Ausreichend Bewegung

Bewegen Sie sich vor der Operation ausreichend. Gehen Sie regelmässig spazieren (mindestens 15 Minuten täglich) und meiden Sie den Lift (nehmen Sie die Treppe).



Genügend Schlaf

Versuchen Sie nachts viel und gut zu schlafen. Orangenblütentee und Baldrianpräparate sind natürliche Hilfsmittel und können dabei unterstützen.



Atemtherapie

Atemgymnastik hilft Ihnen dabei einer Lungenentzündung vorzubeugen. Mit einem sogenannten Atemtrainer können Sie einfache Atemgymnastik betreiben. Den Atemtrainer erhalten Sie in der ERAS®-Sprechstunde. Bitte üben Sie bereits zu Hause und bringen Sie das Hilfsmittel beim Spitaleintritt mit.

Vorbereitung auf die Spitalentlassung

Bereiten Sie sich bereits für die Zeit nach dem Spitalaustritt vor. Eventuell benötigen Sie Hilfe von Ihrer Familie, Angehörigen oder Freunden. Erledigen Sie Einkäufe bereits vor dem Spitaleintritt für die erste Zeit nach der Heimkehr.

Am Tag vor der Operation

Ernährung

Verzichten Sie auf rohes Gemüse, Salat, Früchte, Vollkornprodukte, Kerne und Körner. Trinken Sie zirka 2 Stunden vor dem Spitaleintritt den später erwähnten Preload. Anschliessend dürfen Sie bis zum Eingriff weder essen noch trinken.

Darmvorbereitung

Falls bei Ihnen vor der Operation eine Darmvorbereitung notwendig ist, beachten Sie das erhaltene Merkblatt.

Hygiene

Nehmen Sie einen Tag vor der Operation eine Dusche oder ein Bad. Sie können normale Seife benutzen. Verzichten Sie jedoch auf eine Körpercreme.

Der Operationstag

Vom ambulanten Case Management werden Sie über den Spitaleintritt schriftlich informiert. Melden Sie sich zum vereinbarten Zeitpunkt an der Rezeption.

Was Sie beim Eintritt mitnehmen sollten

- Versicherungsausweis
- Alle Medikamente, die Sie regelmässig einnehmen (in der Originalpackung)
- Blutgruppenkarte und Allergiepass (falls vorhanden)
- Alle vorhandenen medizinischen Unterlagen (fragen Sie Ihre Hausärztin /Ihren Hausarzt)
- Anästhesiefragebogen (ausgefüllt und unterschrieben)
- Operationsaufklärung (unterschrieben)
- ERAS®-Broschüre
- Atemtrainer (Coach)
- Persönliche Dinge inklusive guter Schuhe und Toilettenartikel
- Utensilien zum Zeitvertreib

Wir bitten Sie, grössere Geldbeträge und andere Wertgegenstände zu Hause zu lassen. Wir können dafür keine Haftung übernehmen.

Tagesklinik

Auf der Tagesklinik werden Sie für die Operation vorbereitet. Die zuständige Ärztin/der zuständige Arzt und die Pflegenden werden Sie begrüssen und für Ihre Fragen zur Verfügung stehen.

Preload vor der Operation

Da Sie kurz vor, während und nach der Operation keine feste Nahrung zu-führen dürfen, führt dies zu einer längeren Nüchternphase. Gleichzeitig bedeutet die Operation eine grosse körperliche Anstrengung. Sie können

Ihren Körper bei der Erbringung dieser Leistung mit dem sogenannten Carboloading unterstützen. Es bedeutet, dass die körpereigenen Speicher gefüllt werden und bei Bedarf darauf zurückgegriffen werden kann. Dies hilft u.a. Komplikationen auf Stoffwechselebene (Insulinresistenz) vorzubeugen. Da die Leber ein sehr wichtiger Energiespeicher ist, v. a. Kohlenhydrate in Form von Zucker speichern kann, wird von ärztlicher Seite empfohlen zuckerhaltige klare Getränke hierfür zu trinken.

Bei Diabetiker/innen empfehlen wir 4dl Tee oder ungesüßtes Wasser.

Beispiele für die Getränke die sich für den Preload eignen sind:

- 4dl Tee mit 4–5 Esslöffel Zucker oder Honig
- 4dl Sirup

Trinken Sie dies ca. 2 Stunden vor dem Spitaleintritt.

Gut betreut direkt nach der Operation

Nach dem Eingriff werden Sie im Aufwachraum überwacht und schon nach wenigen Stunden auf Ihr Zimmer gebracht. Die zuständige Pflegefachperson kümmert sich gerne um Ihre Anliegen und ist Ihnen beim Aufstehen behilflich.

Nach der Operation

Hohes Tempo – Sagen Sie Stopp

Unser Ziel ist es, dass Sie nach der Operation möglichst wenig Schmerzen verspüren. Dies trägt viel zu einer raschen Genesung bei. Starke Schmerzen vermindern die Wundheilung, hemmen die Verdauung und erzeugen unnötigen Stress. Bitte teilen Sie uns zeitnah mit, wenn Sie Schmerzen verspüren. Warten Sie damit nicht zu lange. Je früher Sie uns darauf aufmerksam machen, dass Ihre Schmerzen zunehmen, desto schneller können wir reagieren. Die ERAS®-Nurse wird Sie über schmerzreduzierende Bewegungsabläufe nach Ihrer Bauchoperation informieren. Üben Sie diese Abläufe zu Hause, damit sie Ihnen nach der Operation vertraut sind.

Möglichst keine Übelkeit

Durch die Narkose- und Schmerzmittel kann es vorkommen, dass Sie nach der Operation unter Übelkeit leiden. Wir können Ihnen mit Medikamenten bei der Bekämpfung der Übelkeit helfen. Wenn Sie bei früheren Operationen unter Übelkeit gelitten haben oder unter Reisekrankheit leiden, informieren Sie Ihre zuständige ärztliche Anästhesiefachperson in der Sprechstunde. Sie wird die Art der Narkose anpassen und Ihnen während der Narkose Medikamente gegen die Übelkeit verabreichen, sodass Sie beim Aufwachen möglichst keine verspüren.

Kaugummi kauen hilft

Auch Kaugummi kauen hilft, die Darmtätigkeit anzuregen und den Appetit zu fördern. Nehmen Sie Ihre Lieblingssorte Kaugummi gleich mit ins Spital.

2 Liter täglich trinken

Versuchen Sie so bald wie möglich zu trinken – leicht gesüsster Tee ist für den Magen gut verträglich. Wenn der Magen-Darm-Trakt beschäftigt ist, vergeht die Übelkeit in der Regel schneller. Genügend Flüssigkeitszufuhr – 2 Liter am Tag sind ideal – verhindert Kreislaufprobleme bei der Mobilisation nach der Operation. Vermeiden Sie in den ersten Tagen nach der Operation kohlenstoffhaltige Getränke. Sie können zu Blähungen führen und dadurch zu vermehrtem Unwohlsein.

Essen

Der Kostaufbau ist von Ihrer individuellen Operation und der Aktivität der Darmtätigkeit abhängig. In der Regel dürfen Sie am Operationstag bereits klare Flüssigkeit trinken. Am ersten Tag nach der Operation erhalten Sie flüssige Kost und am 2. Tag bereits feste Nahrung. Feste Nahrung gibt dem Darm einen grösseren Impuls zum Arbeiten als nur Suppe oder Joghurt. Achten Sie darauf, die Nahrung genügend zu kauen. Die Verdauung beginnt im Mund. Gut gekaute Nahrung ist für den Magen- Darm-Trakt verträglicher und führt zu weniger Übelkeit. Ziel ist, dass Sie möglichst rasch wieder normal essen und trinken. Wählen Sie mit der Verpflegungsassistenz Speisen aus, die Sie ansprechen und auf welche Sie Lust haben. Essen Sie am Tisch, eine sitzende Haltung regt den Appetit an und fördert die Verdauung.

Proteindrinks

Bei akuter Krankheit und Stress ist der Bedarf an Kohlenhydraten und Proteinen (Eiweissen) erhöht. Wenn in dieser Phase nicht genügend Kohlenhydrate und Proteine aufgenommen werden, kann es zu Komplikationen wie verminderter Immunabwehr, erhöhtem Infektionsrisiko, Abbau von Muskelmasse oder Wundheilungsstörungen kommen. Proteindrinks helfen Ihnen nach der Operation, den erhöhten Bedarf abzudecken. Achten Sie darauf, den Proteindrink nicht zu kurz vor den Mahlzeiten einzunehmen, damit Sie nicht ohne Hunger essen müssen. Ein guter Zeitpunkt ist abends vor dem Schlafen.

Bewegung

Durch ein frühzeitiges Aufstehen nach der Operation wird der Verdauungstrakt angeregt. Zudem wird die Gefahr einer Lungenentzündung oder einer Venenthrombose deutlich verringert. Versuchen Sie, am Tag der Operation 2 Stunden ausserhalb des Bettes zu verbringen, ab dem ersten Tag nach der Operation dann steigend bis zu 4x2 Stunden. Machen Sie Spaziergänge im Korridor oder im Park. Ihre Pflegefachperson wird Sie dabei unterstützen.



Atemtherapie

Nun ist es Zeit, die Atemtherapie mit dem Atemtrainer durchzuführen um eine Lungenentzündung vorzubeugen. Sie haben den Atemtrainer und eine Instruktion dazu von der ERAS®-Nurse in der Sprechstunde erhalten. Wiederholen Sie die Übungen 5 bis 10 Mal täglich.

Besuch

Ihre Angehörigen sind herzlich willkommen. Sie können massgeblich zu Ihrem Wohlbefinden und Ihrer Genesung beitragen. Wenn sich Ihre Besucher/innen anmelden, können Sie Ihre Tagesschwerpunkte ungestört einhalten.

Unsere Besuchszeiten sind täglich von 10.00 bis 20.00 Uhr

In Gesellschaft zu essen, macht mehr Freude. Gerne können Ihre Angehörigen mit Ihnen bei uns essen. Gegen Bezahlung können Sie ein Besucheressen bestellen. Wir servieren Ihnen die Mahlzeiten in Ihrem Zimmer oder auf Wunsch im Aufenthaltsraum. Sind Sie privatversichert, ist das Besucheressen eingeschlossen.

Die Essenszeiten

- Frühstück 8.00 Uhr
- Mittagessen 12.00 Uhr
- Abendessen 18.00 Uhr

Ihr Spitalaustritt

Nahtpflege

Eine chirurgische Naht ist nach 8 Stunden für Wasser und Bakterien verschlossen. Sie können – falls Sie keine Drainage haben – mit dem angebrachten Verband duschen. Solange das Nahtmaterial noch nicht entfernt ist, ist Baden nicht erlaubt. Nach der Entfernung des Nahtmaterials können Sie 1- bis 2-mal täglich eine neutrale, fettende Creme (z.B. Bepanthen®, Excipial®) auf die Narbe auftragen. Schützen Sie die Naht während 6 bis 12 Monaten vor der Sonne: Decken Sie diese mit einem Pflaster oder mit Kleidung ab oder tragen Sie wiederholt Sonnencreme (mindestens Schutzfaktor 25) auf.



Bewegung

Sie sollen Ihren Alltag zu Hause sofort wieder aufnehmen. Auch nach dem Spitalaustritt sollten Sie mindestens 8 Stunden am Tag nicht liegen und sich mindestens 2-mal täglich bewegen (z.B. Spaziergänge). Beobachten Sie, wie Ihr Körper auf Anstrengung reagiert. Überfordern Sie sich nicht, gönnen Sie sich Erholung.

Essen und Trinken

Ernähren Sie sich gesund und ausgewogen und trinken Sie mindestens 2 Liter ungesüsste, kohlenstoffarme Getränke. Sie können ab Spitalaustritt alles essen, worauf Sie Lust haben. Vermeiden Sie anfangs blähende Nahrungsmittel. Essen Sie häufig kleine Portionen.

Stuhlgang

Es ist normal, dass die Stuhlfrequenz erhöht sein kann und der Stuhlgang eher breiig bis flüssig ist. Dies kann sich von Tag zu Tag ändern. Auch das ist normal. In der Regel beruhigt sich der Darm einige Wochen bis Monate nach der Operation. Wichtig ist, dass Sie regelmässig (zumindest mehrmals pro Woche) Stuhlgang haben.

Sexualität

Sie können Ihr Liebesleben nach dem Spitalaufenthalt sofort wieder aufnehmen. Falls bei Ihnen eine tiefe Anastomose (Darmnaht nahe am After) gemacht wurde, verzichten Sie für 6 bis 8 Wochen auf Analverkehr. Bei Operationen am Enddarm (tiefe Anastomose) ist es möglich, dass auch noch einige Wochen nach der Operation Blasenentleerungsstörungen und/oder Erektionsstörungen auftreten. Beides sollten Sie, falls die Beschwerden andauern, unbedingt mit der Hausärztin/dem Hausarzt oder der Chirurgin/dem Chirurgen.

Heben und Tragen

Nach einer Operation mit minimal-invasivem Zugang (Schlüssellochtechnik) sollten Sie während 2–3 Wochen nicht mehr als 5 kg tragen oder heben. Bei einer Operation über einen grossen Bauchschnitt für mindestens 6 Wochen. Danach können Sie die Belastung langsam bis zur Schmerzgrenze steigern. In dieser Zeit sollten Sie keinen Sport ausüben bei welchem ein erhöhter Druck im Bauchraum entsteht (z. B. Krafttraining).

Was tun bei...

Melden Sie sich umgehend bei der ERAS[®]-Nurse oder bei der behandelnden ärztlichen Fachperson falls Sie eines der folgenden Zeichen beobachten:

- Fieber (über 38,0 °C)
- Erbrechen
- vermehrt stärkere Schmerzen
- nässende oder gerötete Naht

Das Nachfolgegespräch

Drei bis sieben Tage, sowie circa ein Monat nach Ihrem Spitalaustritt wird die ERAS®-Nurse telefonisch Kontakt mit Ihnen aufnehmen. Sie wird sich nach Ihrem Allgemeinbefinden, nach Ihren Schmerzen, nach der Wundheilung und Ihrer Ernährungssituation erkundigen.

Bei Fragen und Unsicherheiten wird Sie Ihnen gerne Auskunft und Unterstützung geben.

Nachkontrollen

Zur ärztlichen Nachkontrolle und ggf. Entfernung des Nahtmaterials vereinbaren Sie zirka eine Woche nach Austritt aus dem Spital einen Termin bei Ihrer Hausärztin/Ihrem Hausarzt. Vereinbaren Sie den Nachkontrolltermin frühzeitig.



Ihr persönliches Tagebuch

Um Ihr Befinden besser erfassen zu können, möchten wir mit Ihnen ein Tagebuch führen. Es soll Ihnen eine Unterstützung in Ihrem Genesungsprozess sein und Sie auf diesem Weg begleiten. Anhand dieses Tagebuchs werden wir Ihre tägliche Betreuung individuell planen. Nehmen Sie sich bitte Zeit für Ihr Tagebuch. Ihre Gesundheit dankt es Ihnen.

Gezielt auf Ihr Empfinden eingehen

Damit wir Ihre Schmerzen individuell erfassen können, arbeiten wir mit einer Zahlenskala auf einem Schieber. Den Schieber finden Sie auf Ihren persönlichen Tagebuchseiten (siehe Folgeseiten). Stellen Sie sich vor, der Wert 0 entspricht keinen Schmerzen und der Wert 10 den für Sie am stärksten vorstellbaren Schmerzen. Auch für das Erfassen des Übelkeitsgefühls können Sie die Zahlenskala anwenden. Wert 0 entspricht keiner Übelkeit und der Wert 10 massiver Übelkeit.

1. Postoperativer Tag

Datum:

Wie ist ihr Befinden?

Sehr gut Gut Eher gut Weniger gut

Geben Sie bitte die Schmerzstärke anhand der folgenden Skala an, wobei 0 keine Schmerzen und 10 maximale Schmerzen bedeuten.

Keine	<input type="checkbox"/>	Stärkste										
Schmerzen	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Schmerzen

Wie lange konnten Sie Zeit ausserhalb des Bettes verbringen?

0–2 Stunden 0–4 Stunden 4–6 Stunden 6–8 Stunden
oder mehr

War das Essen am Tisch möglich?

Frühstück Mittagessen Abendessen

Konnten Sie zwei Spaziergänge im Flur machen?

Ja Nein

Geben Sie bitte den Übelkeitsgrad an, wobei die Unten stehende Skala Ihren Leidensdruck beschreibt. 0 bedeutet keine Übelkeit und 10 bedeutet, dass Sie massiv unter Übelkeit gelitten haben oder leiden.

Keine	<input type="checkbox"/>	Stärkste										
Übelkeit	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Übelkeit

Mussten Sie erbrechen?

Ja Nein

Konnten Sie Ihre Mahlzeiten einnehmen?

Sehr gut Die Hälfte Wenig Gar nicht

Konnten Sie trinken?

Sehr gut > 1 Liter < als 1 Liter Gar nicht

2. Postoperativer Tag

Datum:

Wie ist ihr Befinden?

Sehr gut Gut Eher gut Weniger gut

Geben Sie bitte die Schmerzstärke anhand der folgenden Skala an, wobei 0 keine Schmerzen und 10 maximale Schmerzen bedeuten.

Keine	<input type="checkbox"/>	Stärkste										
Schmerzen	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Schmerzen

Wie lange konnten Sie Zeit ausserhalb des Bettes verbringen?

0–2 Stunden 0–4 Stunden 4–6 Stunden 6–8 Stunden
oder mehr

War das Essen am Tisch möglich?

Frühstück Mittagessen Abendessen

Konnten Sie zwei Spaziergänge im Flur machen?

Ja Nein

Geben Sie bitte den Übelkeitsgrad an, wobei die Unten stehende Skala Ihren Leidensdruck beschreibt. 0 bedeutet keine Übelkeit und 10 bedeutet, dass Sie massiv unter Übelkeit gelitten haben oder leiden.

Keine	<input type="checkbox"/>	Stärkste										
Übelkeit	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Übelkeit

Mussten Sie erbrechen?

Ja Nein

Konnten Sie Ihre Mahlzeiten einnehmen?

Sehr gut Die Hälfte Wenig Gar nicht

Konnten Sie trinken?

Sehr gut > 1 Liter < als 1 Liter Gar nicht

3. Postoperativer Tag

Datum:

Wie ist ihr Befinden?

Sehr gut Gut Eher gut Weniger gut

Geben Sie bitte die Schmerzstärke anhand der folgenden Skala an, wobei 0 keine Schmerzen und 10 maximale Schmerzen bedeuten.

Keine	<input type="checkbox"/>	Stärkste										
Schmerzen	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Schmerzen

Wie lange konnten Sie Zeit ausserhalb des Bettes verbringen?

0–2 Stunden 0–4 Stunden 4–6 Stunden 6–8 Stunden
oder mehr

War das Essen am Tisch möglich?

Frühstück Mittagessen Abendessen

Konnten Sie zwei Spaziergänge im Flur machen?

Ja Nein

Geben Sie bitte den Übelkeitsgrad an, wobei die Unten stehende Skala Ihren Leidensdruck beschreibt. 0 bedeutet keine Übelkeit und 10 bedeutet, dass Sie massiv unter Übelkeit gelitten haben oder leiden.

Keine	<input type="checkbox"/>	Stärkste										
Übelkeit	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Übelkeit

Mussten Sie erbrechen?

Ja Nein

Konnten Sie Ihre Mahlzeiten einnehmen?

Sehr gut Die Hälfte Wenig Gar nicht

Konnten Sie trinken?

Sehr gut > 1 Liter < als 1 Liter Gar nicht

4. Postoperativer Tag

Datum:

Wie ist ihr Befinden?

Sehr gut Gut Eher gut Weniger gut

Geben Sie bitte die Schmerzstärke anhand der folgenden Skala an, wobei 0 keine Schmerzen und 10 maximale Schmerzen bedeuten.

Keine	<input type="checkbox"/>	Stärkste										
Schmerzen	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Schmerzen

Wie lange konnten Sie Zeit ausserhalb des Bettes verbringen?

0–2 Stunden 0–4 Stunden 4–6 Stunden 6–8 Stunden
oder mehr

War das Essen am Tisch möglich?

Frühstück Mittagessen Abendessen

Konnten Sie zwei Spaziergänge im Flur machen?

Ja Nein

Geben Sie bitte den Übelkeitsgrad an, wobei die Unten stehende Skala Ihren Leidensdruck beschreibt. 0 bedeutet keine Übelkeit und 10 bedeutet, dass Sie massiv unter Übelkeit gelitten haben oder leiden.

Keine	<input type="checkbox"/>	Stärkste										
Übelkeit	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Übelkeit

Mussten Sie erbrechen?

Ja Nein

Konnten Sie Ihre Mahlzeiten einnehmen?

Sehr gut Die Hälfte Wenig Gar nicht

Konnten Sie trinken?

Sehr gut > 1 Liter < als 1 Liter Gar nicht

5. Postoperativer Tag

Datum:

Wie ist ihr Befinden?

Sehr gut Gut Eher gut Weniger gut

Geben Sie bitte die Schmerzstärke anhand der folgenden Skala an, wobei 0 keine Schmerzen und 10 maximale Schmerzen bedeuten.

Keine	<input type="checkbox"/>	Stärkste										
Schmerzen	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Schmerzen

Wie lange konnten Sie Zeit ausserhalb des Bettes verbringen?

0–2 Stunden 0–4 Stunden 4–6 Stunden 6–8 Stunden
oder mehr

War das Essen am Tisch möglich?

Frühstück Mittagessen Abendessen

Konnten Sie zwei Spaziergänge im Flur machen?

Ja Nein

Geben Sie bitte den Übelkeitsgrad an, wobei die Unten stehende Skala Ihren Leidensdruck beschreibt. 0 bedeutet keine Übelkeit und 10 bedeutet, dass Sie massiv unter Übelkeit gelitten haben oder leiden.

Keine	<input type="checkbox"/>	Stärkste										
Übelkeit	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Übelkeit

Mussten Sie erbrechen?

Ja Nein

Konnten Sie Ihre Mahlzeiten einnehmen?

Sehr gut Die Hälfte Wenig Gar nicht

Konnten Sie trinken?

Sehr gut > 1 Liter < als 1 Liter Gar nicht

6. Postoperativer Tag

Datum:

Wie ist ihr Befinden?

Sehr gut Gut Eher gut Weniger gut

Geben Sie bitte die Schmerzstärke anhand der folgenden Skala an, wobei 0 keine Schmerzen und 10 maximale Schmerzen bedeuten.

Keine	<input type="checkbox"/>	Stärkste										
Schmerzen	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Schmerzen

Wie lange konnten Sie Zeit ausserhalb des Bettes verbringen?

0–2 Stunden 0–4 Stunden 4–6 Stunden 6–8 Stunden
oder mehr

War das Essen am Tisch möglich?

Frühstück Mittagessen Abendessen

Konnten Sie zwei Spaziergänge im Flur machen?

Ja Nein

Geben Sie bitte den Übelkeitsgrad an, wobei die Unten stehende Skala Ihren Leidensdruck beschreibt. 0 bedeutet keine Übelkeit und 10 bedeutet, dass Sie massiv unter Übelkeit gelitten haben oder leiden.

Keine	<input type="checkbox"/>	Stärkste										
Übelkeit	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Übelkeit

Mussten Sie erbrechen?

Ja Nein

Konnten Sie Ihre Mahlzeiten einnehmen?

Sehr gut Die Hälfte Wenig Gar nicht

Konnten Sie trinken?

Sehr gut > 1 Liter < als 1 Liter Gar nicht

7. Postoperativer Tag

Datum:

Wie ist ihr Befinden?

Sehr gut Gut Eher gut Weniger gut

Geben Sie bitte die Schmerzstärke anhand der folgenden Skala an, wobei 0 keine Schmerzen und 10 maximale Schmerzen bedeuten.

Keine	<input type="checkbox"/>	Stärkste										
Schmerzen	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Schmerzen

Wie lange konnten Sie Zeit ausserhalb des Bettes verbringen?

0–2 Stunden 0–4 Stunden 4–6 Stunden 6–8 Stunden
oder mehr

War das Essen am Tisch möglich?

Frühstück Mittagessen Abendessen

Konnten Sie zwei Spaziergänge im Flur machen?

Ja Nein

Geben Sie bitte den Übelkeitsgrad an, wobei die Unten stehende Skala Ihren Leidensdruck beschreibt. 0 bedeutet keine Übelkeit und 10 bedeutet, dass Sie massiv unter Übelkeit gelitten haben oder leiden.

Keine	<input type="checkbox"/>	Stärkste										
Übelkeit	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Übelkeit

Mussten Sie erbrechen?

Ja Nein

Konnten Sie Ihre Mahlzeiten einnehmen?

Sehr gut Die Hälfte Wenig Gar nicht

Konnten Sie trinken?

Sehr gut > 1 Liter < als 1 Liter Gar nicht

8. Postoperativer Tag

Datum:

Wie ist ihr Befinden?

Sehr gut Gut Eher gut Weniger gut

Geben Sie bitte die Schmerzstärke anhand der folgenden Skala an, wobei 0 keine Schmerzen und 10 maximale Schmerzen bedeuten.

Keine	<input type="checkbox"/>	Stärkste										
Schmerzen	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Schmerzen

Wie lange konnten Sie Zeit ausserhalb des Bettes verbringen?

0–2 Stunden 0–4 Stunden 4–6 Stunden 6–8 Stunden
oder mehr

War das Essen am Tisch möglich?

Frühstück Mittagessen Abendessen

Konnten Sie zwei Spaziergänge im Flur machen?

Ja Nein

Geben Sie bitte den Übelkeitsgrad an, wobei die Unten stehende Skala Ihren Leidensdruck beschreibt. 0 bedeutet keine Übelkeit und 10 bedeutet, dass Sie massiv unter Übelkeit gelitten haben oder leiden.

Keine	<input type="checkbox"/>	Stärkste										
Übelkeit	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Übelkeit

Mussten Sie erbrechen?

Ja Nein

Konnten Sie Ihre Mahlzeiten einnehmen?

Sehr gut Die Hälfte Wenig Gar nicht

Konnten Sie trinken?

Sehr gut > 1 Liter < als 1 Liter Gar nicht

ERAS® ist ein geschütztes Markenzeichen der ERAS® Society. Als Inhaltsvorlage dieser Broschüre diente die ERAS® Broschüre der Klinik Lindenhof, ein Spital der Lindenhofgruppe Bern.



St. Claraspital, Kleinriehenstrasse 30, Postfach, CH-4002 Basel
T +41 61 685 85 85, scs@claraspital.ch, www.claraspital.ch