



Die Klinikum Mittelbaden gGmbH ist ein regionales Unternehmen mit attraktiven Standorten. Zum Verbund gehören die Akutkliniken Klinikum Mittelbaden Baden-Baden, Rastatt-Forbach und Bühl. Fünf Pflegeeinrichtungen im Stadt- und Landkreis, zwei Tagespflegeangebote, ein Demenzzentrum, ein Ambulanter Pflegedienst, zwei Palliativangebote, ein Hospiz und weitere Tochtergesellschaften ergänzen das Portfolio. Mit rund 3.250 Beschäftigten gehört die Klinikum Mittelbaden gGmbH zu den größten Arbeitgebern in Mittelbaden. Als verlässlicher Gesundheitsdienstleister verfügt das Klinikum im akutstationären Bereich über 900 Betten in mehr als 30 Fachabteilungen, Zentren und Instituten.

Mat.-Nr. 319283 / Stand 01/2016

Klinikum Mittelbaden Bühl  
 Robert-Koch-Straße 70  
 77815 Bühl  
 Telefon 07223 81-0  
 Telefax 07223 81-5217  
[info.buehl@klinikum-mittelbaden.de](mailto:info.buehl@klinikum-mittelbaden.de)

KLINIKUM MITTELBADEN BÜHL

# Für unsere Patienten, die an der Wirbelsäule operiert werden

## Informationen

Klinikum Mittelbaden Bühl  
 Robert-Koch-Straße 70  
 77815 Bühl  
[www.klinikum-mittelbaden.de](http://www.klinikum-mittelbaden.de)  
[info.buehl@klinikum-mittelbaden.de](mailto:info.buehl@klinikum-mittelbaden.de)



## Liebe Patientin, lieber Patient,

Sie werden hier im Klinikum Mittelbaden Bühl an der Wirbelsäule operiert.

Nun gilt es, Verschiedenes zu beachten:

Bringen Sie zur Operation Ihre Röntgenbilder mit und denken Sie bitte daran, Gerinnungshemmer und bestimmte Blutzuckermittel nach Rücksprache mit dem Arzt abzusetzen.

Jegliche Maßnahmen der Physikalischen Therapie erfolgen auf ärztliche Anweisung.

Direkt nach der Operation steht die Erstmobilisation im Vordergrund, d.h. Sie erlernen das rückengerechte Aufstehen aus dem Bett und rückenfreundliches Bewegen.

Für die Heilungsphase ist es wichtig, dass Sie Ihrem Körper die notwendige Ruhe geben. Deshalb achten Sie bitte darauf, in den nächsten 2–3 Wochen keine forcierten krankengymnastischen Übungen, wie z.B. Muskelaufbau mit schweren Gewichten oder starken Widerständen, durchzuführen.

In erster Linie erhalten Sie hier im Haus entspannende Maßnahmen, wie z.B. Massage oder Lymphdrainage.

Im folgenden möchten wir Ihnen gerne noch einige hilfreiche Tipps mit auf den Weg geben.

Die Physiotherapie-Abteilung, die Pflege und Ärzte unserer Klinik wünschen Ihnen gute Besserung.

## Was sollten Sie in der ersten Zeit beachten?

- ♦ Sie sollten möglichst zu langes und zu tiefes Sitzen vermeiden. Am Entlasstag können Sie aber mit dem Auto abgeholt werden.
- ♦ Verweilen Sie bitte nicht zu lange in ein und derselben Position, bewegen Sie sich mäßig und/aber regelmäßig.
- ♦ Vermeiden Sie Drehungen in der Wirbelsäule, vor allem beim Aufstehen aus dem Bett. Die Mobilisation erfolgt aus der Seitenlage und wird Ihnen vom Pflegepersonal und den Therapeuten gezeigt.
- ♦ Für Ihre Wirbelsäule ist momentan das Laufen und Liegen am besten.
- ♦ Bücken Sie sich nicht mit gekrümmtem Rücken.
- ♦ Tragen oder heben Sie nichts Schweres.
- ♦ Steigen Sie erst ca. 4–5 Tage nach der Operation Treppe.
- ♦ Beim Husten oder Niesen den Bauch etwas einziehen/anspannen, um dem Druck entgegenzuwirken.
- ♦ Tragen Sie festes Schuhwerk, bestenfalls „Schlupfschuhe“ (ohne Schnürsenkel oder Klettverschluss, damit Sie sich nicht bücken müssen. Langen Schuhlöffel verwenden!)
- ♦ Es ist normal, wenn es nach 2–3 Tagen wieder etwas schmerzt. Das vergeht. Sprechen Sie gerne das Pflegepersonal oder den behandelnden Arzt an.

## Hilfsmittel für den Alltag nach eigenem Ermessen

- ♦ Keilkissen
- ♦ Greifzange
- ♦ Lagerungskissen, z.B. „Stillkissen“ oder Seitenschläferkissen.
- ♦ Würfel für die Stufenlagerung oder großer Gymnastikball
- ♦ Langer Schuhlöffel
- ♦ Lordosekissen

Nach der Operation bleiben Sie etwa eine Woche bei uns.

Danach sollte eine krankengymnastische Nachbehandlung erfolgen. Der Sozialdienst des Hauses wird, wenn Sie es wünschen, eine AHB (Anschluss-Heilbehandlung/Reha) für Sie beantragen.

Gerne steht Ihnen unsere Physiotherapieabteilung für ambulante Behandlungen zur Verfügung.

### Das Team der Physiotherapie Klinikum Mittelbaden Bühl

Robert-Koch-Straße 70  
77815 Bühl  
Telefon 07223 81-5337

### Dr. Beier/Dr. Hoell/Dr. Grohmann

Robert-Koch-Straße 70  
77815 Bühl  
Telefon 07223 81-5338

