

Wie bereite ich mich richtig auf eine Operation vor?

Prähabilitation und Ernährung vor der OP

15. Januar 2024 | 17:00 Uhr



Stadtbibliothek Leipzig
Wilhelm-Leuschner-Platz 10 – 11
Huldreich-Groß-Saal
04107 Leipzig

www.sanktgeorg.de

Sehr geehrte Damen und Herren,

bei Ihnen steht eine Operation bevor und Sie fragen sich, wie kann ich mich am besten darauf vorbereiten? Natürlich hängt die Vorbereitung auf eine Operation von deren Größe ab. Je größer die Operation, vor allem im Bauchraum, umso mehr Vorbereitung kann hilfreich sein. Worum geht es?

Nach der Operation sollen Sie möglichst rasch wieder in Bewegung und die Normalität kommen – dabei hilft eine vorbereitete Muskulatur, die auch zum tiefen Durchatmen und Abhusten benötigt wird. Nach heutigem Verständnis ist die Operationsvorbereitung mit dem Training eines Sportlers für einen Wettkampf vergleichbar. Eine besonders sorgfältige Vorbereitung wird als „Prähabilitation“ bezeichnet d.h. sie findet bereits vor der Rehabilitation statt, mit dem Ziel, diese zu erleichtern und zu beschleunigen.

Dazu zählen Bewegungstherapie, angereicherte Ernährung, ggf. Trinknahrung, Alkohol- und Nikotinverzicht und letztlich auch die mentale Fokussierung auf ein mit Angst besetztes Ereignis. In der Informationsveranstaltung werden wir Sie über diese Konzepte informieren und für alle Fragen zur Verfügung stehen.

Ihr

Arved Weimann



**Prof. Dr. med.
Arved Weimann**
Chefarzt der Abteilung
für Allgemein-, Viszeral-
und onkologische
Chirurgie

Ihre

Maria Wobith



**Dr. med.
Maria Wobith**
Fachärztin der Klinik
für Allgemein-,
Viszeral-, Thorax-
und Gefäßchirurgie

Ihr

Boris Jansen-Winkeln



**PD Dr. med.
Boris Jansen-Winkeln**
Chefarzt der Klinik
für Allgemein-, Viszeral-,
Thorax- und Gefäßchirurgie

Unser nächster Patienteninfoabend

05.02.2024 | 17:00 Uhr

Wissenswertes rund um die Geburt

Dr. med. Nadja Uhlig | Leitende Oberärztin Geburtshilfe

Jacqueline Hildesheim | Leitende Hebamme