**Operation: Wie Sie sich richtig vorbereiten**

**Wer vor einer Operation die richtigen Fragen stellt, hat weniger Angst vor dem Eingriff. Was Ärzte von Ihnen wissen müssen**



Für einen erfahrenen Chirurgen sind die meisten Operationen Routine. Einen unerfahrenen Patienten plagen aber meist ungewisse Ängste: vor der Operation, der Narkose und davor, im Krankenhaus anderen ausge­liefert zu sein. Umso wichtiger ist es für ihn, sich so gut wie möglich zu ­informieren: über den Eingriff selbst, aber auch die Abläufe in der Klinik.

Vor einer geplanten Operation sollten sich Patienten zunächst an den Hausarzt wenden. Er kennt die Krankheitsgeschichte genau und hat die Grund­erkrankungen im Blick. "Der Hausarzt ist deshalb der richtige Ansprechpartner für allgemeine Fragen zur Opera­tion", sagt Dr. Hans-Michael Mühlenfeld, Allgemeinarzt in Bremen. Außerdem sorgt er dafür, dass Menschen mit chronischen Erkrankun­gen wie [Diabetes](http://www.apotheken-umschau.de/Diabetes) vor einer Operation medikamentös optimal eingestellt werden. In einem Arztbrief fasst er aktuelle Laborwerte, Befunde der Grunderkrankung und seine Einschätzung des Operations­risikos für die Vorgespräche mit dem Chirurgen und dem Anästhesisten zusammen.

**Mit Klinikärzten Einnahme von Medikamenten klären**

In den Vorgesprächen machen sich die Ärzte in der Klinik ein Bild vom Zustand des Patienten. Sie wollen wissen, unter welchen Erkrankungen und [Allergien](http://www.apotheken-umschau.de/Allergie) er leidet und welche verordneten Medikamente, nicht verschreibungspflichtigen Präparate und Nahrungsergänzungsmittel er einnimmt. Denn einige Inhaltsstoffe – zum Beispiel von Blutgerinnungshemmern – beeinflussen die Wirkung von Narkosemitteln oder verursachen Komplika­tionen. Sie müssen deshalb in manchen Fällen abgesetzt oder durch andere Medikamente ersetzt werden. Ob dies nötig ist und wenn ja, wie lange vor der Operation, entscheidet der Arzt individuell.

"Je schwerer der Eingriff und je kränker der Patient, desto früher sollten die beiden Vorgespräche stattfinden", sagt Professor Götz Geldner, Präsident des Berufsverbands Deutscher Anästhesisten. Denn bei Patienten mit chronischen Erkrankungen können noch zeitaufwendige Untersuchungen, Vorbereitungen und Rücksprachen mit anderen Fachärzten nötig sein, um das Operationsrisiko zu minimieren. Zu den Voruntersuchungen gehören normalerweise verschiedene Bluttests, in manchen Fällen ein Elektrokardiogramm ([EKG](http://www.apotheken-umschau.de/EKG)), Röntgenbilder von Herz und Lunge oder eine Lungenfunktionsprüfung.

**Chirurg muss über Operation aufklären, Anästhesist über Narkose**

Die Vor­gespräche dienen auch dazu, den ­Patienten umfassend zu informieren, so wie der Gesetzgeber es vorschreibt. Der ­Chirurg klärt detailliert auf über die Operation, mögliche Komplikationen und Risiken der geplanten Methode, der Anästhesist erläutert die Narkose. Die Gespräche ­finden meist auf Grund­lage eines Informationsblattes statt. Dann füllt der Arzt zusammen mit dem Patienten einen Fragebogen zur Krankengeschichte aus. Auf Wunsch kann dieser davon eine Kopie erhalten. Mit seiner Unterschrift erklärt er zum Abschluss des Gesprächs sein Einverständnis zur geplanten Operation und Narkose.

"Erst wenn der Patient alles genau durchgelesen hat und seine Fragen beantwortet sind, sollte er Formulare und Aufklärungsbögen unterschreiben", rät Elisabeth Buchinger von der Unabhängigen Patientenberatung Deutschland. Sie empfiehlt Patienten auch, danach zu fragen, wie groß die Hei­lungs­aussichten ohne Operation wären oder welche Behandlungs­alternativen es gibt. Außerdem sei es wichtig zu wissen, wie sich die Genesung durch Komplikationen verzögern könnte.

**Bei Zweifeln Vertrauensperson mitnehmen**

Wer sich unsicher fühlt, sollte zu diesen Gesprächen eine Vertrauens­person mitnehmen. Solange es sich nicht um einen Notfall handelt, rät die Ärztin, sich ausreichend Bedenkzeit zu nehmen. "Bleiben Zweifel, können Patienten den Arzt auch ein zweites Mal aufsuchen oder sich an eine unserer Beratungsstellen wenden", so Buchinger. Unmittelbar vor der Operation ist es wichtig, sich genau an die Vorgaben des Arztes zu halten. Das heißt: Medikamente wie mit ihm besprochen rechtzeitig absetzen oder austauschen, ab dem vereinbarten Termin nichts mehr essen und trinken. Wer trotz aller Vorbereitung aufgeregt ist, erhält auf Wunsch für den Abend und den Morgen vor dem Eingriff ein Beruhigungsmittel.

**Nützlich für die Voruntersuchung:**

* Das sollten Sie bereit halten: Einweisung für stationären Eingriff, Arztbrief und aktuelle Unter­suchungs­ergebnisse
* Eigene Liste mit Vorerkrankungen und Operationen
* Sämtliche Medikamente, die Sie regelmäßig einnehmen, am besten in ihrer Originalverpackung – auch nicht verschreibungspflichtige und ­homöopathische Präparate
* Liste mit Fragen, die Sie zur ­Narkose und zu dem Eingriff haben
* Eventuell eine Person mitnehmen, die hilft, Fragen zu klären

**Das können Sie vor der Operation selbst tun**

* Mindestens sechs Wochen vor dem Eingriff mit dem ­[Rauchen](http://www.apotheken-umschau.de/Rauchen) aufhören. Das verbessert die Wundheilung und vermindert das Risiko für manche Komplikationen. Ein Verzicht über vier bis acht Wochen ist nötig, damit ein positiver Effekt messbar wird.
* In manchen Fällen kann eine Gewichtsreduktion vor ­einer Operation sinnvoll sein. Dies muss aber mit dem Arzt besprochen werden, denn direkt vor der Operation sollte die Diät abgeschlossen sein, um den Heilungsprozess nicht zu gefährden.
* Je fitter und beweglicher Sie sind, umso besser – das gilt auch vor einer Operation und senkt die Komplikationsrate. Fitte Patienten können außerdem die Klinik meist ­früher verlassen. Auch ältere Menschen profitieren, wenn sie sich vor einem Eingriff mehr bewegen.