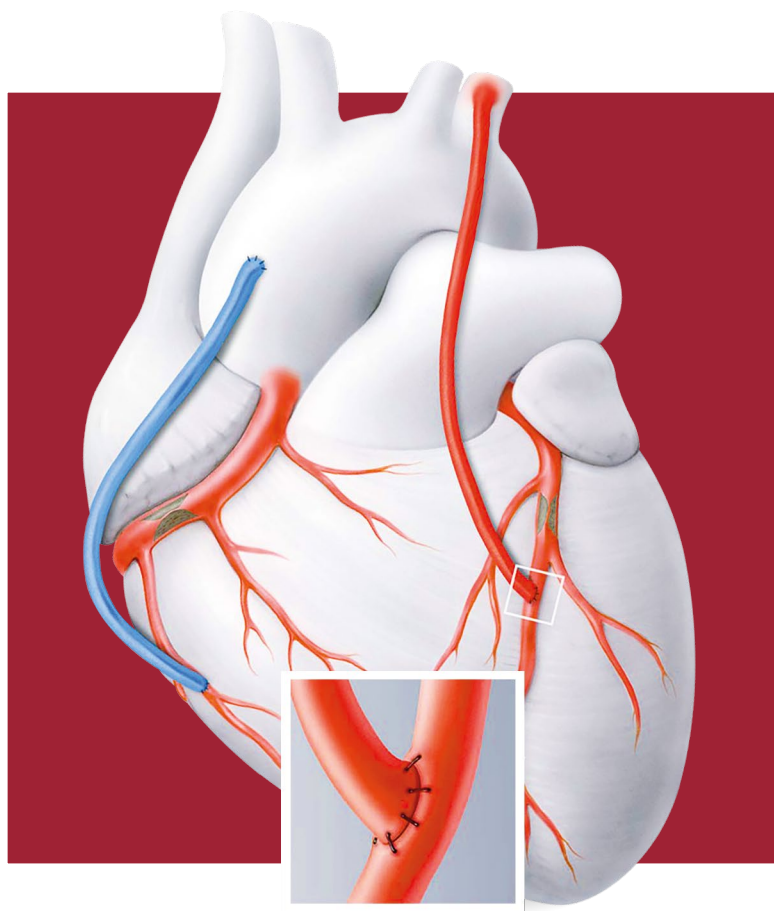


PATIENTENINFORMATION

OPERATION AN DEN HERZKLANZGEFÄSSEN



GESCHÄTZTE PATIENTINNEN UND PATIENTEN

Mit dieser Broschüre möchten wir Ihnen wichtige Informationen mitgeben, welche Ihnen im Alltag nach erfolgter Bypassoperation nützlich sein werden, um ein optimales Langzeitergebnis des Eingriffs zu gewährleisten und Komplikationen zu verhindern. ►

ZU BEACHTEN BEI EINER BYPASSOPERATION

In den ersten Wochen nach der Operation

- Beschwerden
- Verkehrsmittel und Ferien
- Wundheilung
- Knochenheilung
- Geschwollenes Bein
- Fieber und Unwohlsein
- Rehabilitation
- Arbeitsunfähigkeit

Die Lebensqualität und Gesundheit im Fokus

- Lebensqualität und Leistungsfähigkeit
- Medikamente
- Nachkontrollen / Nachbetreuung
- Risikofaktoren

Impressum

Inhalt: Zusammengestellt von Prof. Dr. med. (H) Diana Reser

Grafik: navneloes.ch

Druck: DAZ Druckerei Albisrieden AG

Erscheinungsjahr: 2026

ZU BEACHTEN: IN DEN ERSTEN WOCHEN NACH DER OPERATION

Einerseits werden Ihre bekannten präoperativen Symptome und Beschwerden (z. B. Angina pectoris, Kurzatmigkeit, etc.) nicht mehr vorhanden sein. Andererseits werden neue vorübergehende Beschwerden auftreten, welche unmittelbar auf die Operation zurückzuführen sind. ►

Beschwerden

Schmerzen bzw. Muskelkater

Brustbein, Brustkorb, Rücken, Schultergürtel, Bypassentnahmestelle (Bein oder Arm): dabei handelt es sich um Wundheilungsschmerzen, welche innerhalb von wenigen Wochen wieder vergehen.

Aus diesem Grund empfehlen wir für **2–3 Wochen** Schmerzmittel einzunehmen.

Gefühllosigkeit gewisser Hautstellen

Brustwand oder Bypassentnahmestelle (Bein oder Arm): die Ursache dafür ist die Durchtrennung von kleinsten Hautnerven entlang der Operationsnarben.

Die Wiederherstellung des Gefühls braucht meist **mehrere Monate** (bis 1 Jahr).

Es kommt nur sehr selten vor, dass es sich nicht wieder erholt.

Müdigkeit und Appetitlosigkeit

Diese treten sehr häufig nach einer Herzoperation auf und sind auf die Narkose sowie auf neu eingesetzte Medikamente zurückzuführen. Diese Symptome sind aber nur vorübergehend und vergehen nach **wenigen Tagen** bis **maximal Wochen** wieder.

Wundheilung

Dieser Vorgang ist sehr komplex und kann bis zu **mehrere Monate** andauern (Narbenbildung). Es ist zu empfehlen, dass die Wunde **nicht mit Wasser** in Kontakt kommt, bis sie ganz verwachsen und der gesamte Wundschorf abgefallen ist (in der Regel **1 Woche**). Danach ist Duschen wieder erlaubt. Mit Baden sollten Sie jedoch **2 Wochen** zuwarten. Die Narbe braucht keine besondere Pflege und wir empfehlen **keine Narbensalbe**.



«Falls die Wunde nach 1–2 Wochen noch nicht verwachsen sein sollte bzw. sich wieder an einer Stelle öffnet und Wundflüssigkeit austritt, bitten wir Sie sich unverzüglich bei uns in der Sprechstunde vorzustellen.»

Knochenheilung

Dieser Vorgang ist ebenfalls sehr komplex und dauert ungefähr **3 Monate** (Verknöcherung). So lange empfehlen wir **keine schweren Lasten** zu heben (>10 kg) oder zu tragen (Rucksack), **keine Ruderbewegungen** durchzuführen oder zu **schwimmen** (Belastung des Schultergürtels). Alle Bewegungen, die das Brustbein dehnen, können während dieser Zeit den mikroskopischen Vorgang der Verknöcherung verhindern, so dass das Resultat ein **«Gummi-Knochen»** ist mit einer Instabilität des Brustkorbs. Dies wiederum kann zu **Schmerzen führen**, welche schliesslich nur durch eine chirurgische Verplattung gelindert werden können.



Geschwollenes Bein

Nach der Venenentnahme am Bein ist das Gewebe oft noch **mehrere Wochen** geschwollen. Aus diesem Grund empfehlen wir solange das Tragen des **Stützstrumpfes**. Dies ist vor allem ein Schutz für die Wunde, dass diese **ohne Spannung** heilen und damit die Flüssigkeit aus dem Gewebe schneller ins Blut abtransportiert werden kann.



Fieber und Unwohlsein

Falls Sie in den ersten paar Wochen nach der Operation plötzlich Fieber und Unwohlsein **ohne passende Ursache** (Grippe, Erkältung) entwickeln, empfehlen wir Ihren **Hausarzt zu kontaktieren**.

Verkehrsmittel und Ferien

Als Beifahrer

die Gurtenpflicht besteht auch nach der Brustbeindurchtrennung!



Als Fahrer

wir empfehlen erst nach **4 Wochen** wieder selber Auto zu fahren (keine Brustkorbschmerzen mehr, wieder volle Reaktionsfähigkeit)



Wir empfehlen Ihnen erst nach **4 Wochen** grössere Reisen durchzuführen oder sich in Höhen über **2500 m ü. M.** aufzuhalten (nach Abschluss der Rehabilitation).

Rehabilitation

Wir kümmern uns um die Kostengutsprache für die Rehabilitation bei Ihrer Krankenkasse, Sie müssen nichts weiter diesbezüglich unternehmen. Je nach Wunsch ist es möglich entweder **ambulant** oder **stationär** eine Rehabilitation durchzuführen. Diese Entscheidung überlassen wir gerne Ihnen und Ihren Angehörigen. Bei **jüngeren** und **leistungsfähigen** Patienten ist es durchaus möglich eine **ambulante** Rehabilitation in Erwägung zu ziehen. Bei **älteren** und **schwachen** Patienten empfehlen wir eher eine **stationäre** Behandlung. Schliesslich muss auch das soziale Umfeld des Patienten in der Entscheidung berücksichtigt werden: **Alleinstehende** qualifizieren sich ebenfalls für einen **stationären** Aufenthalt.



Die Rehabilitation ist deshalb wichtig, um den aufgrund der Herzkrankheit geschwächten Körper wieder zu voller Leistung zu verhelfen. Sie besteht aus einem **Konditions-Aufbautraining**. Sehr wichtig ist die strikte Durchführung von regelmässigen **Spaziergängen** (mehrmals täglich), deren Dauer und Intensität gesteigert wird. Sie dürfen sich ruhig fordern und an Ihre Grenzen gehen (Müdigkeit, Kurzatmigkeit), **aber bitte nicht darüber hinaus!** Ihren Fortschritt werden Sie anhand der steigenden Leistung am Fahrradergometer aktiv miterleben können.



Ein stationärer Aufenthalt dauert in der Regel **3-4 Wochen** und beinhaltet dieses Aufbauprogramm. Die ambulante Rehabilitation dauert **6-8 Wochen** à 3 Sitzungen wöchentlich. Aber auch danach empfehlen wir Ihnen weiterhin regelmässig Spaziergänge durchzuführen, da die volle Leistungsfähigkeit erst nach **2-3 Monaten** wieder erreicht wird.

Arbeitsunfähigkeit

Die Dauer Ihrer Arbeitsunfähigkeit ist abhängig von Ihrem Beruf. Je körperlich belastbarer er ist, desto länger sollte man zuwarten. Wir geben Ihnen ein **Arbeitszeugnis** für **6 Wochen** ab der Operation, welches Sie Ihrem Arbeitgeber aushändigen können.

Prinzipiell ist es jedoch empfehlenswert mindestens **4-6 Wochen** für die zeitaufwendige Rehabilitation einzuplanen, so dass eine Berufsausübung parallel nicht möglich ist. Ferner stellt der Eingriff nicht nur eine physische sondern auch eine **psychische Belastung** dar, so dass man sich an den Gedanken gewöhnen muss, dass man am Herzen operiert wurde. Dies braucht ebenso Zeit, wie die Wiedererlangung der körperlichen Kondition.

«Falls Sie unsicher sind, ab wann Sie wieder in den Beruf einsteigen können, wenden Sie sich zur Beratung an Ihren Hausarzt oder kontaktieren Sie uns.»

Sobald Sie sich **körperlich** und **geistig** «fit» genug fühlen die Arbeit wieder aufzunehmen, empfehlen wir Ihnen das **so bald wie möglich** zu tun. Sofern Sie einen «bürokratisch»-belasteten Beruf ausüben, ist das bereits nach **4-6 Wochen** möglich.

Sofern Sie jedoch einen Beruf haben, wo Sie körperlich sehr beansprucht werden, sollten Sie diesen erst wieder nach **3 Monaten** aufnehmen (Achtung: Brustbein-Verknöcherung!).

DIE LEBENS- QUALITÄT UND GESUNDHEIT IM FOKUS.

Nach Abschluss der Rehabilitation sollten Sie wieder in der Lage sein, beschwerdelos und ohne Einschränkungen in Ihr gewohntes Leben zurückzukehren und dabei so wenige Medikamente einnehmen zu müssen, wie möglich. ►

Lebensqualität und Leistungsfähigkeit

Wie bereits im vorherigen Kapitel erwähnt können Sie Ihren Beruf wieder **voll aufnehmen**, sobald Sie sich psychisch und physisch «fit» genug fühlen.

Ferner dürfen Sie alle **gängigen Sportarten** wieder ausführen, welche sie vor der Operation praktiziert haben.

⚠ Achtung ist anfänglich geboten bei schwerer körperlichen Belastung (die Brustkorb Verknöcherung dauert **3 Monate!**).

Was die Fortführung von intimen Aktivitäten angeht, gibt es seitens des Eingriffs ebenfalls **keine Einschränkungen**.

«Die vollständige Verknöcherung des Brustkorbes dauert 3 Monate. Solange sollten keine schweren Lasten getragen oder körperliche Arbeit geleistet werden.»

Das geniessen von Alkohol ist in «Massen» nach wie vor **möglich** und **nicht verboten**. Dabei sollten Sie Ihren Hausarzt konsultieren, um mit ihm **mögliche Interaktionen** der Medikamente, die Sie einnehmen zu diskutieren.

Es ist wissenschaftlich bewiesen, dass gewisse **stressige Lebensstile** zur Bildung der koronaren Herzkrankheit beitragen.

Aus diesem Grund empfehlen wir in einer solchen Konstellation, den bis anhin geführten eigenen Lebensstil **kritisch zu analysieren** und gegebenenfalls Massnahmen zu ergreifen, um ihn zu ändern.

Medikamente

In den ersten Wochen nach der Operation müssen Sie in der Regel **mehr Medikamente** einnehmen als gewohnt, um die durch die Operation bewirkte «Unordnung» im Körper wieder zu **normalisieren**.

Viele kann man dann im Verlauf jedoch wieder **vermindern** oder sogar **ganz absetzen**.

⚠ Bitte nur nach Rücksprache mit Ihrem Hausarzt oder Kardiologen.

Blutdruckmedikamente

Nach der Operation ist der Blutdruck oft **zu hoch** und muss **medikamentös** eingestellt werden, um das frisch operierte Herz zu **entlasten**.

Längerfristig kann sich das wieder **normalisieren**, so dass die Medikamente wieder **abgesetzt** oder **vermindert** werden können.

Herz-Rhythmusmedikamente

Nach der Operation herrscht meist eine **Dysbalance** zwischen **Wasserhaushalt** und **Kaliumgehalt** (zu tief) im Blut, was einen **schnellen** Puls bewirkt.

Hierfür bekommen Sie **Kaliumtabletten** und einen **Beta-Blocker** niedrigdosiert. Der Kaliumhaushalt und der Rhythmus normalisieren sich meist nach **wenigen Wochen** wieder, so dass die Medikamente wieder **abgesetzt** werden können.

Lebenslange Einnahme von Medikamenten

Hierzu gehören das **Aspirin cardio 100 mg** (Blutverdünnung) und ein **Cholesterinsenker**.

Diese haben in grossen Studien gezeigt, dass sie die Langzeit-Offenheitsrate der Bypässe erhöhen.

Nachkontrollen / Nachbetreuung

Wir werden Ihrem Hausarzt und Ihrem zuweisenden Kardiologen **sämtliche Austritts-Unterlagen** Ihres Spitalaufenthaltes bei uns zukommen lassen, damit sie **umfassend** darüber informiert werden.

Nach Ihrer Entlassung (bei ambulanter Rehabilitation) bzw. nach Abschluss Ihrer stationären Rehabilitation empfehlen wir **Ihren Hausarzt zu kontaktieren**, da Sie weiterhin durch ihn betreut werden sollten (Medikamentenverabreichung, Kontrolle Risikofaktoren siehe unten).

*«Die erste Nachkontrolle findet
3 Monate nach der Operation bei
Ihrem eigenen Kardiologen statt.»*

Sie werden nach **3 Monaten** postoperativ durch Ihren **Kardiologen** zur **Nachkontrolle** aufgebote, um Ihre wiedergewonnene Leistungsfähigkeit beurteilen zu können.

Diese Untersuchung ist **sehr wichtig** und stellt für uns eine **Qualitätskontrolle** des Eingriffs dar. Das Ergebnis wird uns durch den zuweisenden Kardiologen zugeschickt.

Risikofaktoren

Um ein langfristig gutes Ergebnis der Operation erhalten zu können, ist eine **regelmässige Kontrolle** bzw. genaue Einstellung der Risikofaktoren wichtig.

Sie können dabei mithelfen, indem Sie Folgendes beachten:

- ⚠ **Rauchen:** sollte unbedingt **lebenslang gestoppt** werden.
- ⚠ **Übergewicht:** sollte **unbedingt normalisiert** werden (wenden Sie sich an Ihren Hausarzt).
- ⚠ **Cholesterin:** eine cholestrinarme Diät ist **empfehlenswert** (Cholesterinsenker).
- ⚠ **Blutdruck:** sollte durch Ihren Hausarzt **regelmässig kontrolliert** und bei Erhöhung medikamentös behandelt werden, um das Herz zu entlasten.
- ⚠ **Diabetes:** falls Sie an Diabetes leiden, ist es sehr wichtig, dass der **Blutzucker regelmässig gemessen** (entweder durch Sie selber oder durch den Hausarzt) und im **Normalbereich** eingestellt wird (entweder durch Tabletten oder Insulin).

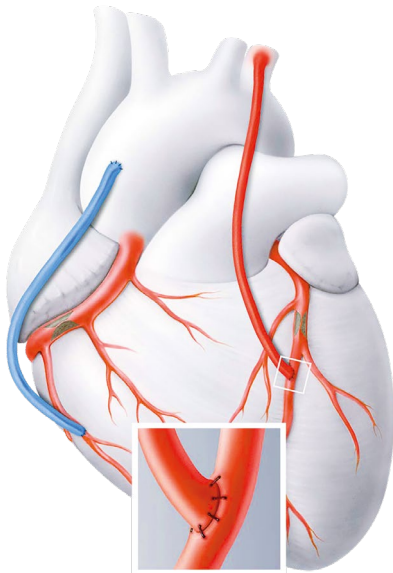
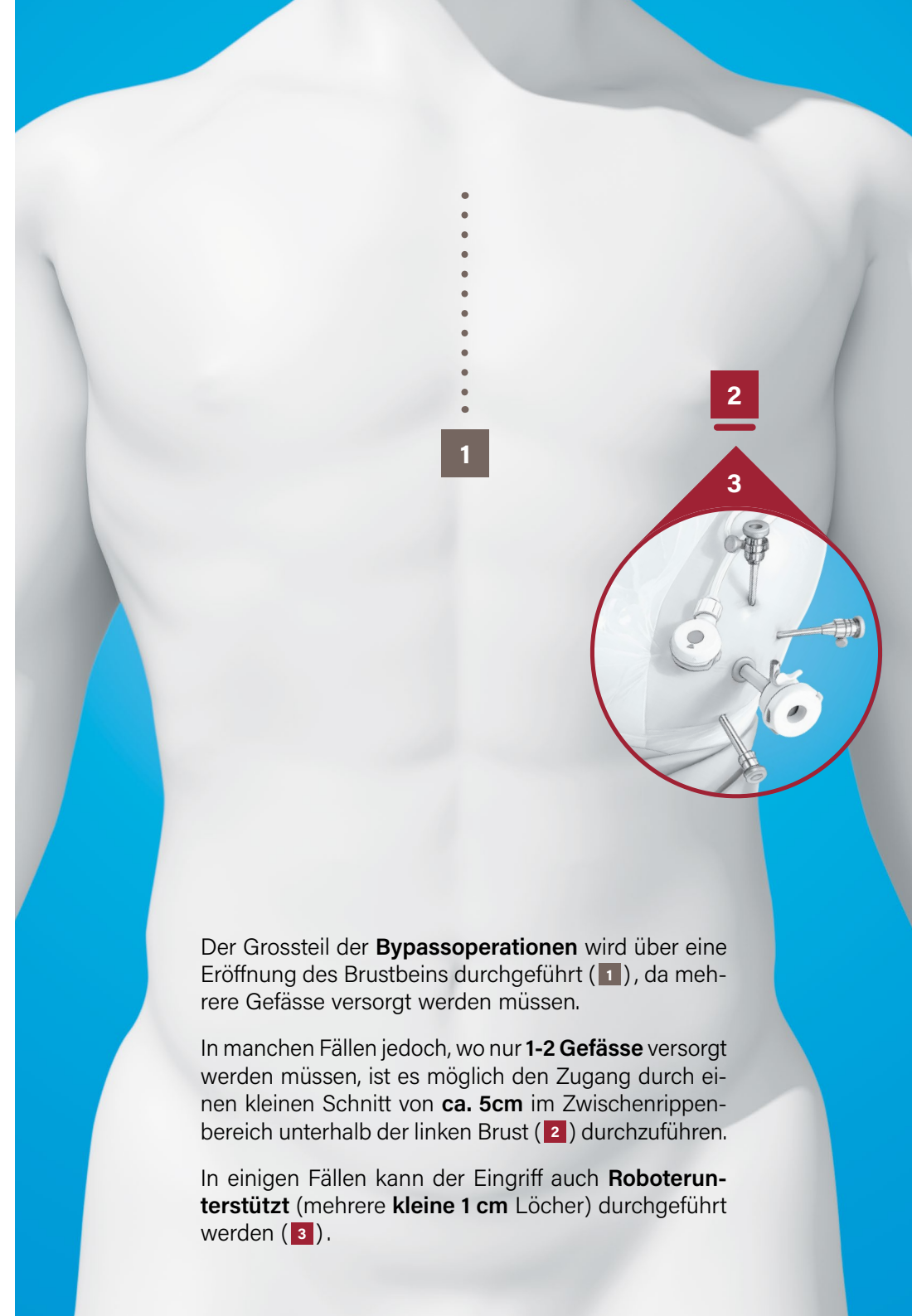
Dies bewirkt einen langfristigen **Schutz** vor Gefässverengungen im gesamten Körper.

***Wir danken Ihnen für Ihr Vertrauen
und wünschen Ihnen einen angenehmen
Aufenthalt in der Herzklinik!***

IHR CHIRURGISCHES TEAM DER HERZKLINIK HIRSLANDEN



Prof. Dr. med. Jürg Grünenfelder **1**
Prof. Dr. med. (H) Diana Reser **2**
Prof. Dr. med. Stephan Jacobs **3**

[illegible]

In einigen Fällen kann der Eingriff auch **Roboterunterstützt** (mehrere **kleine 1 cm** Löcher) durchgeführt werden (**3**).



Falls Sie noch zusätzliche Fragen haben, welche in dieser Broschüre nicht beantwortet wurden, bitten wir Sie mit uns Kontakt aufzunehmen.

Wir sind jederzeit erreichbar per E-Mail oder Telefon und freuen uns Sie weiter betreuen zu dürfen.

HerzKlinik Hirslanden

Witellikerstrasse 40
CH-8032 Zürich

Tel. +41 44 387 97 00

Fax +41 44 387 97 20

www.swiss-heart-clinic.com