

## IHR ANSPRECHPARTNER

### Dr. med. Shady Hussein

» Ltd. Oberarzt für  
Gynäkologische Abteilung  
Bereich Urogynäkologie  
E-Mail: Shady.Hussein@prohomine.de



## KONTAKT / TERMINVERGABE:

### Zentrum für Frauengesundheit Frauenheilkunde und Geburtshilfe

Gynäkologische Abteilung  
Bereich Urogynäkologie

#### Sekretariat:

Aline Hinskes und Birgit Gillar  
Telefon: 0281 104-1160  
Telefax: 0281 104-1168  
E-Mail: Sekretariat.Frauenheilkunde.  
MHW@prohomine.de

#### Terminvergabe:

Mo., Di., Do 8:00 - 16:00 Uhr  
Mi. u. Fr. 8:00 - 13:00 Uhr

Weitere Informationen erhalten Sie auf der Homepage.



Frauenheilkunde / Geburtshilfe



Zentrum Für Frauengesundheit

## MERKBLATT

für Patientinnen nach Inkontinenz-  
und Senkungsoperationen



klimaneutral gedruckt 03/2025



Eine Einrichtung der pro homine

#### Marien-Hospital Wesel

Pastor-Janßen-Str. 2-38  
46483 Wesel  
Tel.: 0281 104-0  
www.marien-hospital-wesel.de

Du findest uns auf



Akademisches Lehrkrankenhaus  
der Universität Münster



Eine Einrichtung der pro homine

## **Chefärztliche Leitung der Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe**

Chefarzt Prof. Dr. med. Stephan Böhmer



### **SEHR GEEHRTE PATIENTIN,**

Sie haben bei uns eine Inkontinenz- oder Senkungsoperation erhalten. Dabei haben wir ein Band, ein Implantat oder eigenes Gewebe benutzt, um eine Senkung der Scheide oder einen Urinverlust zu beheben.

### **FÜR DEN ANHALTENDEN ERFOLG DIESER MASSNAHME IST ES WICHTIG, DASS SIE EINIGE DINGE BEACHTEN:**

- » Sie sollten sich nach der Operation schonen, auch wenn Sie entlassen worden sind.
- » Trinken Sie ausreichend und entleeren Sie die Blase regelmäßig (ca. alle drei bis vier Stunden). Wenn Sie das Gefühl haben, die Blase nicht vollständig entleeren zu können, versuchen Sie es nach einer kurzen Pause erneut, vielleicht in einer etwas anderen Sitzposition.
- » Sorgen Sie für regelmäßigen Stuhlgang, ohne dabei pressen zu müssen.
- » Eine dauerhafte lokale Östrogentherapie wird nach einer Implantat-Einlage empfohlen, sofern keine medizinischen Gründe dagegen sprechen.
- » Wir empfehlen, längere Fahrten oder einen Aktiv-Urlaub ca. sechs Wochen lang zu vermeiden.

### **ANTWORTEN AUF HÄUFIG GESTELLTE FRAGEN:**

#### **» Wann darf ich wieder baden und schwimmen?**

Nach ca. sechs Wochen

#### **» Wann darf ich wieder Sport treiben und Fahrrad fahren?**

Fahrradfahren ist nach etwa sechs Wochen wieder möglich, ebenso wie die Ausübung von Sport. Ein Gewichtstraining sollte unterbleiben, ebenso sind Sportarten wie Tennis und Joggen eher ungünstig.

#### **» Wann darf ich wieder Geschlechtsverkehr haben?**

Nach sechs bis acht Wochen, wenn die primäre Wundheilung abgeschlossen ist

#### **» Wann darf ich wieder in die Sauna?**

Nach ca. sechs Wochen

#### **» Wann darf ich wieder Tampons benutzen?**

Nach sechs bis acht Wochen, jedoch nicht, wenn Blutungen oder Ausfluss bestehen

#### **» Wie schwer darf ich nach der Operation tragen?**

Sie sollten sechs Wochen das Heben unterlassen (nicht mehr als zwei kg), danach langsam steigern, jedoch nicht mehr als fünf bis 15 kg.

#### **» Wie lange bin ich ungefähr arbeitsunfähig?**

Nach Bandeinlage ca. zwei Wochen, nach Kolposuspension ca. drei bis vier Wochen, nach Deszensus-Operation ca. vier bis sechs Wochen

**Sollten Sie Probleme oder Fragen aufgrund der durchgeführten Operation haben, vereinbaren Sie bitte einen Termin im Sekretariat der gynäkologischen Ambulanz unter der Telefonnummer: 0281 104-1160**