

# Krankenhaus Martha–Maria Nürnberg Klinik für Allgemein– und Visceralchirurgie

Chefarzt Professor Dr. med Stephan Coerper



**MARTHA  
MARIA**

Unternehmen  
Menschlichkeit

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

Sie sind an der Schilddrüse operiert worden. Zum besseren Verständnis der notwendigen Weiterbehandlung nach der Operation wollen wir Ihnen nachfolgend einige Informationen geben.

Zu einem guten Heilerfolg können Sie wesentlich beitragen, indem Sie folgende Regeln beachten.

## 1. Schilddrüsenhormone:

Nach einer Schilddrüsenoperation produziert der evtl. verbliebene Schilddrüsenrest weiterhin Hormone, wenn auch meist nicht in ausreichender Menge. Es ist daher notwendig, dem Körper das Hormon in Tablettenform zuzuführen. So wird die Hormonkonzentration im Blut in einem Normbereich gehalten und die Hirnanhangsdrüse gehindert, die Restschilddrüse zu übermäßigem Nachwachsen anzuregen.

Die im Krankenhaus verabreichten Schilddrüsentabletten enthalten eine Standard-Hormondosis, die abhängig ist von der durchgeführten Operation z. B. einseitige, beidseitige oder fast totale Schilddrüsenentfernung usw.

Die vom Körper benötigte Hormondosis sollte jedoch in jedem Fall ermittelt und kontrolliert werden.

Es empfiehlt sich eine erste Kontrolle der Schilddrüsenhormonwerte im Blut durch die weiterbehandelnden Ärzte nach 6 bis 8 Wochen. Dann kann die Hormondosis individuell angepasst werden. Nach erfolgter Anpassung reicht in der Regel einmal jährlich eine Blutuntersuchung zur Kontrolle der Hormondosis aus. Sollten in der Zeit zwischen den Hormonkontrollen Symptome einer Überfunktion (allgemeine Übererregbarkeit, Nervosität, Hitzegefühl, Heißhunger, Durchfallneigung, Hände zittern, Herzklopfen usw.) oder Unterfunktion (Müdigkeit, Antriebs- und Appetitlosigkeit, usw.) auftreten, so suchen Sie bitte Ihren weiterbehandelnden Arzt auf.

Insgesamt sollte die Hormon-Tablette immer morgens nüchtern eine halbe Stunde vor dem Frühstück eingenommen werden und nicht ohne Rücksprache mit Ihrem weiterbehandelnden Arzt abgesetzt oder in der Dosis verändert werden, da sonst die Gefahr eines erneuten Schilddrüsenwachstums mit Knoten besteht.

## 2. Wundpflege:

In der Regel wird die Wunde mit einem selbstaflösenden Faden verschlossen. Sollte die Hautnaht mit einem Faden verschlossen sein, der sich nicht selbst auflöst, kann er am 4. Tag nach der Operation vom Arzt entfernt werden.

Ab dem 3. Tag nach der Operation benötigt die Operationswunde keinen Pflasterschutz mehr und das „Nasswerden“ beim Duschen ist erlaubt, es darf jedes Duschgel verwendet werden. Blutkrusten lösen sich mit Wasser von selbst, bitte nicht durch Reiben ablösen. Baden in der Badewanne sollte noch für 2 Wochen vermieden werden.

Direkte Sonneneinstrahlung und Solarium sollten im ersten halben Jahr nach der Operation ganz vermieden werden, um eine überschießende Narbenbildung zu vermeiden, daher sollte in dieser Zeit die Narbe mit einem Halstuch oder Sun-Blocker abgedeckt werden. Im Sommer sollten Sie die Narben immer mit einer Sonnencreme mit hohem Lichtschutzfaktor schützen.

Gegen (Pflege-) Cremes am Hals ist nichts einzuwenden, sie sollten jedoch erst 2 – 3 Wochen nach der Operation verwendet werden.

Bei weiteren Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung  
Telefon: (0911) 959-1201, E-Mail: [chirurgie.nuernberg@martha-maria.de](mailto:chirurgie.nuernberg@martha-maria.de)



Bei Rötung/Schwellung im Wundbereich und Fieber sowie verstärkten Schmerzen muss sofort der nachbehandelnde Arzt aufgesucht werden.

Nach der Krankenhausentlassung sollten Sie in der 1. Woche nicht selbst Auto fahren. Sie müssen bedenken, dass bei scharfem Bremsen noch Schmerzen auftreten können und dadurch mit einer Reaktionsverzögerung zu rechnen ist. Außerdem ist die Beweglichkeit des Kopfes noch leicht eingeschränkt und kann bei prompter Bewegung zu einer Narbenzerrung führen mit anschließender Schwellung.

Je nach beruflicher Tätigkeit sind Sie nach der Entlassung noch für ca. 1 Woche arbeitsunfähig. Die Dauer der Arbeitsunfähigkeit legt Ihre nachbehandelnde Ärztin/Ihr nachbehandelnder Arzt fest.

3. **Körperliche Belastung/Sport:**

Auf schweres Heben und Tragen über 10 Kilogramm sollte für ca. 3 Wochen verzichtet werden.

Verschiedene Sportarten belasten die Halsmuskulatur unterschiedlich stark, wir geben folgende Richtlinien:

- Ab der 2. Woche: leichte Sportarten (Spazieren, Wandern)
- Ab der 4. Woche: mittelschwere Sportarten (Schwimmen, Fahrradfahren, Joggen)
- Ab der 8. Woche: alle Ballspiele und jeglicher Leistungssport



**MARTHA  
MARIA**

Unternehmen  
Menschlichkeit



**Referenzzentrum**  
für Schilddrüsen- und  
Nebenschilddrüsenchirurgie

Bei weiteren Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung  
Telefon: (0911) 959-1201, E-Mail: [chirurgie.nuernberg@martha-maria.de](mailto:chirurgie.nuernberg@martha-maria.de)