

## Postoperative Verhaltensregeln nach Face- und Halslift

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient.

Um einen komplikationslosen Heilungsprozess nach der durchgeführten Face- und Halslift Operation zu unterstützen und ein optimales Endergebnis zu erzielen, ist es dringend erforderlich, dass Sie die folgenden postoperativen Anordnungen befolgen.

Nach der Operation sollten Sie in den ersten Tagen viel liegen und das Gesicht durchgehend mit eiskalten Gelpackungen kühlen. Hierbei sollte der Oberkörper leicht erhöht sein. Diese Position sollten Sie auch unbedingt nachts einhalten und eine Drehung zur Seite zu vermeiden. Hierbei sind Nackenrollen oder Nackenhörnchen behilflich.

Am Tag der Entlassung werden die Drainagen entfernt und der Kopfverband erneuert. Sie werden mit dem dick gepolsterten Kopfverband nach Hause entlassen und diesen bis zur nächsten Vorstellung in der Praxis tragen. Der Verband darf nur vom Arzt entfernt werden. Sie können sich zu Hause frei bewegen, vermeiden Sie aber auf alle Fälle größere Anstrengungen sowie plötzliche Drehbewegungen des Kopfes. Hierdurch könnten u. U. die Nähte am Hals ausreißen. Führen sie Drehbewegungen mit dem ganzen Oberkörper durch. Jegliche Art von Anstrengungen und dem damit verbundenen Blutdruckanstieg kann zu einer Nachblutung führen. Deshalb sollten Sie sich nach Möglichkeit nicht mit dem Kopf nach unten bücken und sollten auf eine ballaststoffreiche Ernährung achten. Beim Niesen und Husten sollten Sie den Mund öffnen, so dass sich kein Druck aufbaut. Duschen können Sie sich vom Oberkörper abwärts.

Während der ersten 3 Wochen dürfen Sie nicht selber Auto fahren, da Sie aufgrund der Schwellungen und der Beeinträchtigung der Beweglichkeit als fahruntauglich gelten. Kleine Hausarbeiten können Sie verrichten, das Heben schwerer Lasten sollte auf 10 kg beschränkt werden.

Am 5. postoperativen Tag erfolgt die 1. ambulante Nachkontrolle. Hierbei wird der Verband erneuert oder gänzlich entfernt, die kleinen Fädchen vor dem Ohr werden bei dieser Gelegenheit entfernt. Sie können das Gesicht und die Narben mit einer rückfettenden Salbe (z.B. Bepanthen) eincremen und massieren. Nach 1 Woche dürfen Sie die Haare waschen und föhnen. Seien Sie beim Kämmen vorsichtig, damit Sie nicht an den Narben reißen.

Bei der darauf folgenden Vorstellung 5 Tage später wird das restliche Nahtmaterial hinter dem Ohr und im behaarten Bereich entfernt. Sie werden von uns eine Gesichtskompressionsmaske erhalten, die Sie nach Möglichkeit während der ersten 3 Wochen Tag und Nacht tragen sollten. Diese hilft Ihnen die Schwellneigung zu reduzieren. Narbenpflege mit Bepanthen ist weiterhin wichtig. Sie können die Wangen vorsichtig massieren und ausstreichen im Sinne einer Gesichtslymphdrainage.

Sportliche Aktivitäten sind in der Anfangszeit eher kontraproduktiv und können den Heilungsverlauf verzögern. Leichte sportliche Aktivitäten wie können Sie in Rücksprache mit uns ab der 6. Woche durchführen. Sportarten, bei denen Sie sich deutlich mehr anstrengen müssen, sollten Sie in den ersten 3 Monaten unterlassen. Bitte meiden Sie Sauna und Solarium Besuche ebenfalls in den ersten 3 Monaten.

In der postoperativen Phase werden Sie von uns engmaschig betreut. Sollten Sie verstärkt Schmerzen haben, Fieber entwickeln oder sich sonst unwohl fühlen, bitten wir Sie, sich umgehend mit uns unter den Telefonnummern 0911-5192519 oder 0170-3467213 in Verbindung zu setzen. Für weitere Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Die o. g. Anordnungen habe ich gelesen und werde sie befolgen. Eine Kopie habe ich erhalten.

**Datum:**

**Unterschrift Patient:**