



Lipo-Elfen Rhein/Ruhr

vor dem Krankenhausaufenthalt zur OP-Vorbereitung:

- Verbesserung des Gewebes durch tragen der Flachstrickkompression
- Lymphdrainage
- HB Wert pushen (>13 Optimal für OP) durch Eisen, Ernährung
- regelmäßig schwimmen gehen
- Bescheinigung vom Amtsarzt zwecks Anerkennung außergewöhnliche Belastung durch Finanzamt
- Bei Selbstzahlern Frage der Krankschreibung mit Hausarzt oder Phlebologen klären
- Rechtzeitig Termine für Lymphdrainage machen und Rezeptausstellung klären

Packliste Krankenhaus:

>> allgemein

- Kleidung, die auch dreckig werden darf (Auslaufen) und gemütlich ist (Schwellung)
- Waschzeug
- Dicken Pulli oder Socken gegen das Frieren nach der OP
- Lesematerial, Musik, Tablet zur Beschäftigung
- Snack nach der OP, Salzstangen (für Elektrolyte), Traubenzucker (Kreislauf)
- OP-Mieder/Kompression

>> bei Bein-OP's

- Unterwäsche, ggf. Größer als sonst wegen Schwellung
- weite Schuhe/Schlappen/Crocs
- selbstklebende Damenbinden als Einlagen in Crocs, nehmen Blut und Turmescentlösung auf
- JUZO Softkompress Genitaleinlage bei Lipo an Oberschenkeln, Gesäß, da Schmuckkästchen anschwellen kann

>> bei Arm-OP's

- Becher mit Strohhalm zum Trinken (bei Arm OP)
- Anziehhilfe für Arme verschreiben lassen

Disclaimer:

Die Auflistung basiert auf Rückmeldung verschiedener Personen. Für die Richtigkeit, Wirkung und Notwendigkeit der aufgeführten Artikel, Medikamente etc. wird keine Haftung übernommen.



Lipo-Elfen Rhein/Ruhr

Shoppingliste - vor der OP ist nach der OP:

>> allgemein

- Venenkissen
- Stillkissen, Seitenschläferkissen
- Matratzenauflagen / Inkontinenzauflagen
- (WC-)Sitzring bei OS-OP hinten o.ä.
- Duschhocker
- Urinella
- Anziehhilfe für Armversorgung
- Eisenpräparate (Säfte oder Tabletten)
- Vitamin C, Vitamin B12, Zink
- Schmerzmittel (Novalgin, Ibuprofen o.ä.) – ggf. an entsprechenden Magenschutz denken (Maloxan, Pantoprazol, o.ä.)

>> zur Kühlung

- Kühlpads
- Rapskissen
- Hundekühlmatten (für Hintern)
- Umschnall-Kühlpads, z.B. von Rossmann (für Arme)

>> für den Kreislauf

- Traubenzucker
- Elektrolyte (z.B. Elotrans, kräftige Brühe)

>> gegen die Schwellung

- Arnica Globuli
- Bromelain
- Wobenzym
- Schachtelhalmttee
- Reparil

>> gegen blaue Flecken

- Heparigel
- Traumeel
- Retterspitz (als Wickel oder verdünnt mit Wasser zum aufprühen)

Disclaimer:

Die Auflistung basiert auf Rückmeldung verschiedener Personen. Für die Richtigkeit, Wirkung und Notwendigkeit der aufgeführten Artikel, Medikamente etc. wird keine Haftung übernommen.