

**Reisen:** Ist in der Regel möglich. Hierbei sollte jedoch der Zustand des Kindes berücksichtigt werden. Frische Wunden keiner intensiven Sonnenstrahlung aussetzen. Bei Herzfehlern, die mit erniedrigten Sauerstoffsättigungen einhergehen, vor Flugreisen bitte Rücksprache halten. Mitnahme eines aktuellen Arztbriefes, Herzpass, Endokarditisausweis empfohlen. Medikamente ins Handgepäck.

**Säuglinge:** Dürfen krabbeln, sich drehen, auf den Arm genommen werden.

**Schule:** Teilnahme ist im Regelfall nach der Entlassung möglich, wenn nichts anderes mitgeteilt wird. Schulsport ist im Regelfall 6 Wochen nach Operation möglich.

**Sport:** Nach ausreichendem Verheilen des Brustbeines ist Sport 6 Wochen nach Operation wieder möglich. Hier gilt es langsam anzufangen. Ausdauersportarten sind zu empfehlen. Von Krafttraining und ruckartigen Bewegungen, wie etwa beim Squash, Tennis, Geräteturnen wird abgeraten, ebenso von Leistungssport. Hiermit sollte man mindestens zwei Monate nach Operation warten.

**Vorsorgeuntersuchungen:** Die im Vorsorgeheft (U-Heft) vorgesehenen Vorsorgeuntersuchungen werden wie gewohnt vom niedergelassenen Kinderarzt vorgenommen.

**Wunde:** Trocken und sauber halten. Keine Salben. Bei auffälliger Rötung, Schmerzen, klaffenden Wundrändern oder Absonderung von Flüssigkeit bitte Rücksprache mit unserer Klinik. In den ersten 4 Wochen nach Operation Wunde bitte keiner intensiven Sonnenstrahlung aussetzen.

## Worauf ist im Allgemeinen zu achten?

Bei folgenden Zeichen sollten Sie Kontakt mit dem Arzt aufnehmen:

- Ihr Kind ist deutlich blässer als sonst.
- Zunehmende Blaufärbung der Lippen bei allen Kindern mit Blalock-Taussig-Shunt, Norwood-Operation, Obere CPA (Cavopulmonale Anastomose, Glenn) oder Fontan-Kreislauf
- Abnehmende körperliche Belastbarkeit (bei Säuglingen schlechtes Trinken – benötigt der Säugling länger oder mehr Pausen; bei allen Kindern: stärkeres Schwitzen, vermehrte Atemanstrengung, schläft es deutlich mehr)
- Starke Wassereinlagerung im Gewebe (dicke Augenlider oder Hand-/Fußrückenschwellung) oder Gewichtszunahme
- Atmung: beschleunigt, bestehen neu aufgetretene Geräusche, vermehrter Husten
- Kinder die ohne erkennbaren anderen Grund dauerhaft misstrütig, appetitlos oder antriebslos sind
- Wiederkehrende Fieberschübe und Schüttelfrost ohne erkennbare Ursache

*In unserer Abteilung Kinderkardiologie und Pädiatrische Intensivmedizin behandeln wir seit 1992 Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene mit angeborenen Herzfehlern und anderen Herz-Kreislaufkrankungen. Der Campus Großhadern gehört international zu den führenden Herztransplantationszentren. Unser spezialisiertes Team versorgt Patientinnen und Patienten ambulant oder rund um die Uhr auf unseren Stationen.*



### Kontakt

Klinikum der Universität München  
Campus Großhadern  
Abteilung Kinderkardiologie und  
Pädiatrische Intensivmedizin  
Marchioninstr. 15  
81377 München

### Ansprechpartner

Station G9 a 089/4400-72493  
Station G9 b 089/4400-72494  
Sekretariat 089/4400-73941

LMU

KLINIKUM  
DER UNIVERSITÄT MÜNCHEN

CAMPUS GROSSHADERN  
KINDERKARDIOLOGIE



## INFOS FÜR DIE ZEIT NACH DEM KRANKENHAUSAUFENTHALT

Kinderkardiologie und Pädiatrische Intensivmedizin

Leiter: Prof. Dr. Nikolaus A. Haas



## Liebe Patienten und Eltern,

hier finden Sie eine Zusammenstellung von Informationen in alphabetischer Form für den Alltag nach einer Herzoperation mit Eröffnung des Brustkorbes.

**Arbeiten/Berufsausübung:** Abhängig von Tätigkeit, körperlicher Belastung und Gefahrenpotential. Die meisten Büroberufe können vier Wochen nach Operation wieder ausgeführt werden. Körperlich sehr anstrengende Berufe erst drei Monate nach Operation.

**Ausbildung/Studium:** Teilnahme am theoretischen Unterricht ist in der Regel nach Entlassung möglich. Praktische Ausbildung ist je nach körperlicher Belastung vorher im Einzelfall zu klären.

**Autofahren:** Als Beifahrer, ggf. mit entsprechendem Kindersitz und Gurt jederzeit. Auch wenn der Gurt in seltenen Fällen unangenehm auf die Wunde drücken sollte, nur angeschnallt fahren. Das selbständige Führen von Fahrzeugen/Maschinen (Motorrad, PKW,...) setzt voraus, dass man körperlich und geistig fit ist. Das ist im Regelfall vier Wochen nach Operation möglich. Für Berufsfahrer gelten besondere Regelungen.

**Belastungsgrenzen:** In der Regel kennen Kinder ihre Belastungsgrenze. Ein Bremsen in ihrem Bewegungsdrang ist beim normalen Spielen aus der Sorge, das Herz könnte überlastet werden, nicht nötig. Natürlich muss aber der Schutz des Brustbeins in den ersten sechs Wochen beachtet werden.

**Besuch:** Von Verwandten und Freunden ohne akute Infekte ist natürlich jederzeit möglich. Hierbei sollte jedoch auch das Ruhebedürfnis des Patienten berücksichtigt werden.

**Brustbein (Sternum):** Es wird im Rahmen der Operation durchtrennt und muss anschließend wieder zusammenheilen. Daher für 6 Wochen nach Operation zum Schutz des zusammenheilenden Knochens kein Tragen von schweren Lasten und kein Sport (Laufen, Radfahren sind erlaubt). Insbesondere sind einseitige Belastungen durch Heben und Tragen (schwerer Koffer) zu vermeiden. Tragen eines leichten Rucksackes ist möglich. Auch normale Haushaltstätigkeiten sind erlaubt.

**Verboten sind für 6 Wochen nach Operation: Alle Tätigkeiten, welche die Arme und Schultern stark belasten.**

**Beispiele:** Schwimmen, Tennis, Trampolin, Surfen, Skilanglauf, Skifahren, Inliner (Sturzgefahr), Geräteturnen, Klettern, Sport-Bogenschießen, Kampfsportarten, Mannschaftssportarten. Schwere Gartenarbeit (Hecken schneiden, Umgraben), Holzhacken, Renovierungsarbeiten wie das Streichen von Wänden. Umzugsarbeiten mit Tragen von schweren Lasten. Tragen voller Getränkeboxen.

Erlaubt sind zum Beispiel: Spaziergänge, Wanderungen, Fahrrad-, Dreirad- und Tretrrollerfahren. Leichtes Fußballkicken (Ball gegenseitig zuspielen).

**Duschen/Baden:** Waschen mit Waschlappen ist unter Auslassen der Wunde jederzeit möglich. Kurzes Duschen ohne Einseifen der Wunde oder starkem Rubbeln/Reiben ist bei gut verheilten Wunden frühestens 10 Tage nach der Operation erlaubt, wenn keine Fäden mehr zu ziehen sind. Ansonsten erst 2 Tage nach Ziehen der Fäden. Baden ist nach Ablösen der Krusten kein Problem. Schwimmbadbesuch erst nach 6 Wochen.

**Ernährung:** Keine spezielle Ernährung erforderlich. Gewohnte Kost fortsetzen.

### Endokarditisprophylaxe

Eine Endokarditis ist eine bakterielle Infektion des Herzens. Besonders gefährdet hierfür sind z. B.:

- Patienten mit künstlichen Herzklappen (mechanische, Bioprothesen, Homografts)
- Rekonstruierte Herzklappen unter Verwendung von Fremdmaterial (z. B. eingesetzter Ring) für 6 Monate nach Operation
- Alle Patienten mit eingesetztem Fremdmaterial für 6 Monate nach Operation
- Zyanotische Herzfehler (erniedrigter Sauerstoffsättigung im Blut)
- Patienten mit Blalock-Taussig-Shunt (BT-Shunt), obere cavopulmonale Anastomose
- Patienten mit einer früheren Endokarditis

In bestimmten Situationen - wie vor zahnärztlichen Eingriffen mit Blutungsgefahr - ist einmalig eine Antibiotikagabe zum Schutz vor einer bakteriellen Infektion (die sogenannte Endokarditisprophylaxe) zu verabreichen. Insgesamt ist die Notwendigkeit einer Endokarditisprophylaxe bei Kindern selten. Bitte informieren Sie behandelnde Ärzte über die Herzerkrankung. Normale Erkrankungen, die typischerweise durch Viren verursacht werden (Husten, Schnupfen, Durchfall, Erbrechen), werden nicht antibiotisch behandelt. Eine Endokarditisprophylaxe ist in solchen Fällen nicht erforderlich. Bakterielle Infekte, wie zum Beispiel eine bakterielle Mandelentzündung, werden in gewohnter Weise normal antibiotisch behandelt. Eine längere Therapie oder andere Antibiotika sind nicht nötig. Keine Prophylaxe bei Eingriffen im Magen-Darmtrakt, der Harnwege oder der Haut erforderlich.

**Erholung:** Die Zeit bis zur vollständigen Erholung ist sehr unterschiedlich. Sie ist abhängig von der Erkrankung, Komplikationen und vom Patienten selbst. Die Zeitspanne reicht von wenigen Tagen bis zu mehreren Monaten.

**Fäden:** Die Fäden zum OP- Wundverschluss lösen sich mit der Zeit auf. Fäden vom Entfernen der Wunddrainagen lösen sich nicht auf und können nach 10-14 Tagen z. B. durch den Haus- oder Kinderarzt gezogen werden.

**Fahrradfahren:** Moderates Radfahren ist nach Entlassung möglich. Sportliches Fahren, Bergtouren, Mountainbiking erst 6 Wochen nach Operation.

**Fieber und Müdigkeit:** Sollten in den ersten 3 Wochen nach Operation die genannten Beschwerden auftreten, ohne dass sich eine Infektion nachweisen lässt, sollte eine Ultraschall-Untersuchung zum Ausschluss einer Flüssigkeitsansammlung um das Herz erfolgen.

**Haustiere:** Kontakt mit Haustieren ist erlaubt.

**Impfungen:** Können drei Wochen nach der Operation regulär erfolgen.

**Krabbelgruppe/Kindergarten:** Teilnahme an Krabbelgruppe vier Wochen nach Operation.

**Krankheiten:** Bei allen normalen Infektionserkrankungen (Husten, Hals-, Ohrschmerzen, Schnupfen, Durchfall,...), welche bei Kindern gehäuft vorkommen, erfolgt die Therapie wie bei anderen Kindern auch. Erster Ansprechpartner ist der Haus- oder Kinderarzt.

**Kontrolluntersuchungen:** Wiedervorstellungen in unserer Ambulanz oder bei niedergelassenen Kinderkardiologen werden für jeden Patienten vor Entlassung festgelegt.

**Magensonde:** Hierfür haben wir ein Extramerckblatt.

**Medikamenteneinnahme:** Sollte mal eine Gabe vergessen worden sein, nicht automatisch zur nächsten Gabe die doppelte Menge nachgeben. Ob, und in welcher Dosis Medikamente nachgegeben werden müssen hängt vom jeweiligen Wirkstoff ab. Daher bitte Rücksprache mit der Klinik halten. Bei Erbrechen unmittelbar nach einer Medikamenteneinnahme oder in den ersten 15 Minuten danach, bzw. wenn die Tabletten noch im Erbrochenen unaufgelöst zu erkennen sind, Medikamente komplett nachgeben.

**MRT/ Kernspintomographie:** Die von uns verwendeten Drähte zum Verschluss des Brustkorbes und Herzklappen sind alle MRT-tauglich.

**Norwood-Operation:** Bei Erbrechen/ Durchfall ist es besonders wichtig, auf eine ausreichende Flüssigkeitsaufnahme zu achten. Bei Gewichtsverlust (täglich mit Babywaage wiegen) großzügig Rücksprache mit der Klinik.