

## Die Pflege nach einer Laser-OP

### bei einer Vorstufe des Vulvakarzinoms (VIN, Carcinoma in situ)

**Hinweis:** Die Informationen zur Pflege beruhen auf den Erfahrungen, die betroffene Frauen gemacht haben. Sämtliche Pflegemaßnahmen sollten VORAB mit dem behandelnden Arzt bzw. der behandelnden Ärztin besprochen werden, da es unterschiedliche Meinungen und Therapieansätze zu diesem Thema gibt sowie unterschiedliche Ausgangssituationen und Heilungsverläufe bei den einzelnen Patientinnen. Eine Maßnahme, die bei einer Frau positiv wirkt und die Heilung beschleunigt, kann für eine andere wirkungslos sein oder sogar zu unerwünschten Gegenreaktionen wie beispielsweise Allergien führen. Daher sollte eine Patientin auf keinen Fall etwas OHNE ärztlichen Rat auf eigene Faust ausprobieren.

#### Allgemeine Informationen zum Heilungsprozess

Insbesondere drei Faktoren haben nach unserer Beobachtung einen positiven Einfluss auf den Heilungsverlauf: Das Kühlen unmittelbar nach dem Eingriff, möglichst viel Luft an die gelaserte(n) Stelle(n) zu lassen und die gründliche Reinigung. Die ersten beiden Punkte werden im Zusammenhang mit den Ausführungen zur Pflege erörtert, zum Thema Desinfektion/Reinigung ist anzumerken, dass unseres Erachtens für eine gute Wundheilung die Reduzierung der Bakterien auf der Haut sinnvoll ist. Im besonderen Maße ist daher nach jedem Stuhlgang die Reinigung und Desinfektion wichtig, um eine Infektion der Wunde(n) zu vermeiden. Dazu stehen verschiedene antiseptische Substanzen zur Verfügung. Ohnehin sollten vor dem Berühren der Wunde(n) die Hände gewaschen werden.

Wichtig ist auch ein behutsamer Umgang mit dem gelaserten Bereich, damit die Wunde(n) nicht einreißt bzw. einreißen.

Ob und zu welchem Zeitpunkt mit Dehnübungen zu beginnen ist, um ein Verkleben des Scheideneingangs (Introitus) zu vermeiden, ist zwischen Patientin und operierendem Arzt nach Möglichkeit im zeitlichen Zusammenhang mit der Laser-OP, ansonsten schnellstmöglich, zu klären. Nach 14 Tagen sollte der operierende Arzt / das operierende Zentrum die Wunde kontrollieren, damit Entzündungen und Verklebungen, die unter Umständen zu Schwierigkeiten beim Geschlechtsverkehr führen, rechtzeitig behandelt werden können.

Die Wundheilung nimmt im Regelfall zwischen vier bis sieben Wochen in Anspruch. Ausgeprägte Narbenbildungen sind selten, üblicherweise ist nach der Abheilung keine dauerhafte kosmetische und funktionelle größere Beeinträchtigung festzustellen.

Wunden bei Rauchern und Diabetikern heilen im Allgemeinen schlechter.

# VulvaKarzinom-Hilfe zur Selbsthilfe

## Folgende Maßnahmen können die Wundheilungsphase erleichtern

**Hinweis zu Arzneimitteln und Medikamenten: Lesen Sie die Packungsbeilage sorgfältig, bevor Sie das Arzneimittel einnehmen bzw. anwenden, denn sie enthält wichtige Informationen. Wenden Sie Arzneimittel immer gemäß Packungsbeilage beziehungsweise nach Anweisung des Arztes, Apothekers bzw. der Ärztin, Apothekerin an, um den größten Nutzen zu haben, denn ohne medizinischen Rat können Ihnen Arzneimittel schaden.**

- **Kühlen der Wunde unmittelbar nach der Laser-OP**

Die Wunde möglichst zwei Tage lang kühlen, um ein starkes Anschwellen zu verhindern. Zum Vermeiden von Hautschäden sollte die Kühlpackung in ein Vlies oder (kochfestes) Geschirrhandtuch gehüllt werden.

**Tipp:** Zum Kühlen an schlecht zugänglichen Stellen neue Einmal-Gummihandschuhe mit Wasser befüllen und einfrieren, denen dann im gefrorenen Zustand die einzelnen befüllten Finger abgeschnitten werden. So entstehen handliche, kleine Kühlkissen, die auch schwer zugängliche Stellen erreichen. Um ein problemloses Abschneiden vom Gummihandschuh zu ermöglichen, ist vor dem Gefrieren darauf zu achten, dass die befüllten Finger weit auseinanderliegen. Alternativ können die befüllten, einzelnen Finger vor dem Gefrieren an ihrem Ansatz abgebunden werden.

- **Luft an die gelaserte(n) Stelle(n) lassen**

Soviel Luft wie irgendwie möglich an die gelaserte(n) Stelle(n) lassen. Falls möglich, „unten ohne“ herumlaufen. Als Bekleidung hat es sich bewährt, weit geschnittene Röcke ohne Slip zu tragen.

- **Abtrocknen**

Den gelaserten Bereich nicht mit dem Handtuch abtrocknen oder trocken tupfen, sondern mit Kaltluft trocken fönen. Das verhindert ein Einreißen der Wunde(n).

- **Sitzbäder**

Gute Erfahrungen haben wir mit zwei bis drei Sitzbädern täglich in der ersten Zeit nach der Laserung gemacht, die Dauer eines Sitzbades (lauwarm) sollte 10 Minuten nicht überschreiten. Sitzbäder mit klarem Wasser sind nicht empfehlenswert. Aber Vorsicht – zuviel weicht die Haut auf, darum, und weil der Anus mit seinen vielen Bakterien mit im Wasser „sitzt“, empfehlen einige Ärzte KEINE Sitzbäder zu nehmen. Sitzbäder können – je nach Zusatz – die Haut desinfizieren oder beruhigen.

- Geeignet ist ein Sitzbad mit Chinosol®. Die Ansiedlung von Krankheitsverursachenden Bakterien oder Pilzen kann hiermit nachhaltig reduziert werden.
- Auch Rivanol® eignet sich zur antiseptischen Spülung von Haut, Wunden und Körperhöhlen sowie für (kühlende) Umschläge. Erhältlich als Fertiglösung, in Tablettenform zur Herstellung einer Lösung oder als Salbe.
- Tannolact® enthält Gerbstoff, der in geringen Konzentrationen anti-entzündlich wirkt, Juckreiz stillend ist, die Wundheilung unterstützt und die Haut stabilisiert.

# VulvaKarzinom-Hilfe zur Selbsthilfe

- Töpfers Kleie Bad reinigt, pflegt und heilt die Haut nach einer naturnahen Methode, enthält Wirkstoffe aus Kleie, Molke und Heilkräutern.
- Totes Meer Salz reinigt die Haut und bewahrt vor Feuchtigkeitsverlust, wird aber in der ersten Zeit nach dem Lasern häufig als unangenehm empfunden.
- Kamillenbad wirkt entzündungslindernd und unterstützend bei der Wundheilung.

**Tipp:** Tannolact® oder Kamille haben nach unserem Eindruck oft eine austrocknende Wirkung, das kann zu zusätzlicher Reizung der Haut führen.

Das manchmal zur Desinfektion noch angewendete Kaliumpermanganat, dessen kristallartige Körner im Wasser gelöst werden, verfärbt die Haut violett und kann allergische Reaktionen auslösen. Deshalb gelangt es seit Jahren in Kliniken nicht mehr in den Einsatz.

Hilfreich für Sitzbäder kann ein WC- oder Bidet-Einsatz aus Kunststoff sein, der vor und nach jeder Verwendung gründlich desinfiziert werden sollte. Die Kosten des Einsatzes werden von den Krankenkassen unter bestimmten Voraussetzungen übernommen.

## • Desinfektionsspray

Zum Reduzieren der Bakterien auf der Haut kann auch an Stelle von oder ergänzend zu Sitzbädern ein Wund- und Schleimhautantiseptikum in Sprayform, wie beispielsweise das reiz- und farblose Octenisept®-Spray, zum Einsatz kommen. Wichtig: Das Spray darf keinen Alkohol enthalten. Es tötet Keime auf der Haut und den Schleimhäuten auch im Genitalbereich ab. Zur Vermeidung von Infektionen und Entzündungen ersetzt das Desinfektionsspray jedoch keine gründliche Reinigung des Wundbereiches.

## • Salben

Bei den Salben stehen ebenfalls desinfizierende oder pflegende Produkte zur Auswahl:

- Direkt nach der OP: Flammazine® (ist ein lokales Antibiotikum). Allergikerinnen sollten vorher an einer unempfindlicheren Stelle testen, ob sie die Salbe, die Silber enthält, vertragen.
- Bepanthen® oder Panthenolsalbe (wirken pflegend).
- Als Pflege bei reiferen Frauen mit atropher, d.h. strapazierter, rissiger Haut: Salben mit Estriolzusatz, z.B. Linoladiol H® oder Ovestin®. Bei diesen Salben handelt es sich um Hormonsalben, so dass ihr Einsatz besonders sorgfältig abgewogen werden sollte.

**Tipp:** Bei pflegenden Salben bitte bei der Wundpflege durch ein vorsichtiges Auftragen darauf achten, dass diese die Wunde(n) nicht verkleben oder einreißen.

# VulvaKarzinom-Hilfe zur Selbsthilfe

- **Sitzring / -kissen**

Sitzkissen bzw. Sitzringe sind als Hilfsmittel eine sinnvolle Unterstützung, wenn ein „normales“ Sitzen nicht ohne Beschwerden, z.B. Schmerzen, Spannungsgefühl, möglich ist. Sitzringe nicht zu fest / stramm aufblasen. Bei Lymphödem-Patientinnen sind sie allerdings nur bedingt zu empfehlen, da es zu einem Lymphstau kommen kann.

Aus hygienischen Gründen Sitzhilfen mit einem abnehmbaren, waschbaren, am besten kochfesten Bezug oder einem Einweg-Vlies versehen.

**Tipp:** Bei der Krankenkasse vor der Verschreibung nachfragen, da es unterschiedliche Regelungen wegen der Kostenübernahme gibt.

- **Toilettengang**

Je konzentrierter der Urin, desto schmerzhafter ist das Wasserlassen. Deshalb ist es ratsam, in der Zeit der Wundheilung sehr viel zu trinken, um den Urin zu verdünnen.

Wenn der After vom Lasern betroffen ist, kann es beim Stuhlgang eine Erleichterung sein, zuvor den Anus mit etwas Deumavan-Creme (gereinigte Vaseline zur Pflege) einzucremen. Eine ausreichende Trinkmenge und ggf. die Einnahme von Lactulose (Bifiteral) erleichtert den Stuhlgang ebenfalls.

- **Schmerzmittel**

Verordnete Schmerzmittel oder rezeptfreie wie Paracetamol, Ibuprofen nicht zu schnell absetzen. Schmerzmittel mit Acetylsalicylsäure/ASS wie z.B. Aspirin® meiden, da dieser Wirkstoff zu Blutungen führen kann.

- **Einnahme von Enzymen**

Enzyme wie Phlogenzym® können den Heilungsverlauf positiv beeinflussen.

4

**Wann sollte der Arzt aufgesucht werden, um eine mögliche Störung im Heilungsverlauf abzuklären?**

Alle Anzeichen, die auf eine **Entzündung** hindeuten, wie beispielsweise Geruch, Ausfluss und/oder Hautveränderungen, erhöhte Temperatur, Schmerzen, sollten Anlass sein, unverzüglich einen Arzt aufzusuchen.

Diese Auflistung erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

**Hinweis: Diese Informationen ersetzen keine qualifizierte ärztliche Beratung, sondern dienen lediglich zur Information und Vorbereitung der Patientin auf den Arztbesuch. Beispielsweise können und dürfen diese Informationen nicht verwendet werden, um eigenständig mit der Behandlung anzufangen.**

(Stand 01.03.2019)