



## Nach der Schilddrüsenoperation

Liebe Patientin, lieber Patient,

Sie sind bei uns an der Schilddrüse operiert worden. Für die Zeit nach der Entlassung möchten wir Ihnen ein paar Informationen geben. Was ist zu beachten?

### Worauf muss ich bei der Wunde achten? Wann darf ich duschen?

Die **Wunde** wurde mit einem Faden verschlossen, der sich unter der Hautoberfläche befindet und sich von alleine auflöst. Er muss nicht gezogen werden. Die Wunde ist primär nach 10 Tagen verheilt und benötigt keine besondere Narbenpflege. Neigen Sie jedoch zu einer überschießenden Narbenbildung (Keloid), empfehlen wir die Anwendung von silikonhaltigem Gel, Salbe oder Pflaster für mindestens drei Monate.

Kommt es im Bereich der Wunde zu einer **Schwellung, Rötung, Schmerzen** bitten wir Sie, sich erneut bei uns vorzustellen. In der Regel handelt es sich um eine harmlose Ansammlung von Wundwasser (Serom), die innerhalb von 6-8 Wochen wieder verschwindet. In einigen Fällen kann es auch zu einer Verfestigung der Narbe kommen. Auch dies ist normal und kann einige Wochen andauern. Wenn es in den ersten Tagen nach dem Eingriff zu vorübergehenden **Sprechbeschwerden** kommt (z.B. leisere oder tiefere Stimme, Schluckstörungen, Halsschmerzen) sind das in der Regel ebenfalls normale Operationsfolgen, die binnen kurzer Zeit wieder vergehen. Sprechen Sie uns bei Unsicherheiten bitte an.

Das **Duschen** ist ab dem 2. Tag nach der Operation möglich. Für zwei Wochen sollten Sie auf Besuche im Schwimmbad oder der Sauna verzichten.

### Wann kann ich wieder arbeiten?

Die **Arbeitsunfähigkeit** nach der Operation beträgt im Durchschnitt zwei Wochen.

### Wann darf ich wieder Sport treiben?

Sportliche Aktivitäten sollten Sie erst dann wieder ergreifen, wenn Sie weitgehend schmerzfrei sind. Leichte Sportarten (z.B. Walken) sind etwa nach einer Woche möglich. Bis zur vollen Belastbarkeit kann es jedoch etwa vier-sechs Wochen dauern.

### Wie nehme ich die Schilddrüsen-Tabletten richtig ein?

Nach der Entfernung der Schilddrüse brauchen Sie **Schilddrüsenhormone**. Damit das Schilddrüsenhormon vom Körper richtig aufgenommen wird, sollten die Tabletten auf nüchternen Magen mit einem Glas Wasser eingenommen werden. Nach der Einnahme sollten Sie mindestens 30 Minuten warten bis Sie essen und etwas anderes trinken als Wasser. Verzichten Sie bitte vor allem auf Getränke wie Kaffee oder Milch, da diese die Aufnahme der Hormone erschweren können.

### **Was muss ich bei Kalzium/Vitamin D-Einnahme bei Entlassung beachten?**

In seltenen Fällen kann es nach der vollständigen Entfernung der Schilddrüse zu einer vorübergehenden **Nebenschilddrüsenunterfunktion** kommen. Diese kann zu Kribbeln im Bereich der Hände und Fingerspitzen sowie im Gesicht führen und zeigt sich durch einen Abfall der Kalzium- und Parathormonwerte im Blut. Zum Ausgleich nehmen Sie dafür und vorübergehend Kalzium- und Vitamin-D-Tabletten ein. Um die Dosis von Kalzium und Vitamin D schneller reduzieren zu können, sind Kontrollen nach ca. 1 Woche und danach regelmäßig notwendig. Sollten die Symptome stärker werden und z.B. zu einer Fingersteifigkeit führen suchen Sie unverzüglich einen Arzt/Ärztin auf!

### **Wann und wo werden die Schilddrüsenwerte kontrolliert?**

Bereits am 1. Tag nach der Operation beginnen Sie mit der Einnahme der Schilddrüsen-Tabletten. Die erste **Kontrolle** erfolgt dann 4-6 Wochen nach der Operation durch Ihren Hausarzt/ Hausärztin. Es wird Ihnen Blut abgenommen und der TSH-Wert für die Feineinstellung der Dosierung bestimmt. Bis zur richtigen Einstellung kann es allerdings manchmal etwas länger dauern.

Wir hoffen, Ihnen mit diesen Informationen geholfen und Ihre häufigsten Fragen angesprochen zu haben. Sollten Sie noch Fragen haben, melden Sie sich bitte unter +49 221 479-5160, Sekretariat. Gerne beraten wir Sie kurzfristig in unserer Sprechstunde.

Wir wünschen Ihnen gute Besserung und eine schnelle Genesung!  
Ihr Team der Endokrinen Chirurgie



Dr. Aycan Akca  
Sektionseiterin Endokrine Chirurgie  
Universitätsklinikum Köln

---

### **In dringenden Fällen wenden Sie sich bitte bis 16:00 Uhr an:**

Frau Lara Marks (Raum 122)  
Telefon: +49 221 478-97044  
Telefax: +49 221 478-87003  
E-Mail: [lara.marks@uk-koeln.de](mailto:lara.marks@uk-koeln.de)

Frau Tülay Savluk (Raum 121)  
Telefon: +49 221 478-84858  
Telefax: +49 221 478-30936  
E-Mail: [tuelay.savluk@uk-koeln.de](mailto:tuelay.savluk@uk-koeln.de)

---

### **Ab 16:00 Uhr an die Zentrale Notaufnahme:**

Universitätsklinikum Köln (AöR)  
Kerpener Str. 62  
50937 Köln