



**KLINIKUM**  
DER UNIVERSITÄT MÜNCHEN

CAMPUS GROßHADERN

UROLOGISCHE KLINIK UND POLIKLINIK  
PROF. DR. MED. CHRISTIAN STIEF



## Verhaltensregeln nach Einlage einer AdVanceXP®-Schlinge

**Sehr geehrter Patient, wir bitten Sie um die Beachtung folgender Hinweise:**

- Duschen ist ab dem 3. Tag nach der Operation erlaubt
- Wundpflaster vor dem Duschen entfernen, nach dem Duschen sauber abtrocknen und bis zum maximal 5. postoperativen Tag frisches Pflaster verwenden
- Vollbäder, Sauna, Dampfbad und Whirlpool für 4 Wochen meiden
- In der Regel verwenden wir selbstauflösendes Nahtmaterial, sollte Sie dieses stören, ist eine Entfernung der Fäden ab dem 10. Tag möglich
- Beckenbodengymnastik sollte nach 2 Monaten wieder regelmäßig durchgeführt werden
- In den ersten 2 Wochen Treppensteigen meiden, wenn doch Treppen gestiegen werden, dann wie ein kleines Kind „ein Bein nach dem anderen“
- Maximale Gewichtsbelastung 5 kg in den ersten 4 Wochen, danach langsame Gewichtssteigerung auf 10 kg bis zur 12. Woche, danach keine Einschränkung mehr
- Radfahren für 3 Monate meiden
- Schwimmen, Joggen und Gymnastik für 3 Monate meiden
- Extrem-Sportarten mindestens 3 Monate meiden
- Mindestens 8 Wochen kein Geschlechtsverkehr
- Bei unklaren Schmerzen im Becken oder Unterbauch, Stuhlunregelmäßigkeiten, Blut im Stuhl, Ausfluss aus der Harnröhre, Schmerzen beim Wasserlassen oder Fieber empfehlen wir eine umgehende Vorstellung in unserer urologischen Ambulanz, Klinikum Innenstadt, bzw. in der urologischen Poliklinik oder Nothilfe, Klinikum Großhadern

### **Notfalladresse und -nummer bei Auftreten von Problemen:**

Klinikum Großhadern, Urologische Poliklinik, Marchioninistrasse 15, 81377 München  
7:30 bis 16 Uhr: Tel.: 089-4400-73531  
ab 16 Uhr Vorstellung über Nothilfe: Tel.: 089-4400-0 (diensthabender Urologe)