

Empfehlungen für Patient:innen nach einer Konisation

Nach einer Konisation (Entfernung von Gewebe am Gebärmutterhals) ist es wichtig, dass Sie bestimmte Verhaltensregeln beachten, um die Heilung zu fördern und Komplikationen zu vermeiden.

1. Körperliche Schonung

- Vermeiden Sie körperlich anstrengende Tätigkeiten wie schweres Heben oder Sport für mindestens **2-4 Wochen**.
- Gönnen Sie sich ausreichend Ruhe, um die Heilung zu unterstützen.

2. Hygiene und Wundpflege

- Nutzen Sie keine Tampons und verzichten Sie auf Scheidenspülungen, da dies die Heilung stören kann. Verwenden Sie stattdessen Binden.
- Verzicht auf Vollbäder, Schwimmen oder Sauna, um Infektionen zu vermeiden. Duschen ist erlaubt.

3. Sexualleben

Vermeiden Sie Geschlechtsverkehr für mindestens **4 Wochen** oder bis die Nachuntersuchung zeigt, dass die Heilung abgeschlossen ist.

4. Blutungen und Ausfluss

- Leichte Blutungen oder bräunlicher Ausfluss sind normal und können bis zu **4 Wochen** anhalten.
- Sollten die Blutungen stärker werden, unangenehm riechen oder mit Fieber einhergehen, kontaktieren Sie bitte umgehend Ihre Ärztin/Ihren Arzt.

5. Kontrolluntersuchung

Vereinbaren Sie unbedingt einen Termin für die Nachsorgeuntersuchung in der Praxis, um den Heilungsverlauf zu überprüfen.

6. Verhalten im Alltag

- Verzicht auf Rauchen, da dies die Wundheilung beeinträchtigen kann.
- Trinken Sie ausreichend Wasser und achten Sie auf eine ausgewogene Ernährung, um Ihren Körper bei der Heilung zu unterstützen.

Wann sollten Sie die Praxis kontaktieren?

Wenden Sie sich sofort an uns, wenn:

- starke, anhaltende Blutungen auftreten,
- ungewöhnlicher, übelriechender Ausfluss entsteht,
- Fieber oder starke Unterleibsschmerzen auftreten.