

Vorbereitungen im Alltag für Ihre Wirbelsäulen-Operation

Das Team der Ergotherapie im Orthopädischen Spital Speising unterstützt Sie nach Ihrer Wirbelsäulen-Operation Ihre Alltagsaktivitäten bestmöglich durchführen zu können.

Nach der Operation sollen Sie für einige Wochen bestimmte Bewegungs- und Belastungsempfehlungen einhalten. Diese werden im Zuge Ihres Krankenhausaufenthaltes individuell mit Ihnen erarbeitet.

Diese Checkliste hilft Ihnen, sich bereits vor der Operation mit dem Weg zurück in einen selbstständigen Alltag auseinanderzusetzen:

- Hilfspersonen/Unterstützung im Haushalt, beim Einkaufen und Versorgung von Haustieren organisieren
- Mahlzeiten vorkochen
- für ausreichende Bett- und WC-Höhe für ein komfortables Aufstehen und Hinsetzen sorgen
- sicheren Einstieg in die Dusche oder Badewanne (zum Beispiel vorhandene Duschematte, Griff, etc.) schaffen
- notwendige Erledigungen wie Fußpflege, Friseurbesuch, etc. vor der Operation durchführen
- Überlegungen bezüglich Anforderungen bestimmter Tätigkeiten wie Arbeitsplatz und Freizeit treffen
- eigenes Nackenstützkissen, wenn vorhanden und notwendig, in das Spital mitbringen
- Hilfsmittel, wenn diese in Verwendung sind, in das Spital mitbringen (zum Beispiel Schuhlöffel, Greifzange, Sockenanziehhilfe, Krücken, Rollmobil, etc.)
- Schuhe zum Hineinschlüpfen und bequeme Kleidung mitbringen