



KLINIKUM
ITZEHOE



Foto S. Hermann & F. Richter, Pixabay

Pflege einer Dammverletzung

Allgemeine Patienteninformation

Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe
Chefarzt: Dr. med. Uwe Heilenkötter



Foto Rebecca Schönbrodt-Rühl, Pixabay

Liebe Wöchnerin,

herzlichen Glückwunsch zur Geburt Ihres Kindes/Ihrer Kinder!

Im Verlauf der Geburt kam es bei Ihnen leider zu einer etwas größeren Verletzung im Damm- und Scheidenbereich.

In der Regel heilt diese Verletzung sehr gut.

Gerne wollen wir Ihnen noch einige Tipps mit auf den Weg geben, die Sie auch zu Hause einfach anwenden können.

Wir laden Sie nach ca. drei Monaten zu einer Kontrolluntersuchung ein.

Bei Bedarf und Rückfragen sind wir jedoch auch vorher gern für Sie erreichbar unter:
Tel. 04821 772-1530

Alles Gute für Sie und Ihr Baby!

Pflege einer Dammverletzung

Was ist passiert?

Unter der Geburt kam es zu einer Verletzung von Haut und Bindegewebe des Damms mit Beteiligung des Schließmuskels (III^o) und ggf. zusätzlich mit Beteiligung der Schleimhaut des Enddarms (IV^o).

Worauf ist zu achten (allgemein)?

- Unterstützung der Muskulatur mit Beckenbodentraining bereits im Wochenbett
- gesunde Ernährung mit Faser- und Ballaststoffen
- ausreichende Trinkmenge
- keine Slipenlagen mit Plastikfolie, Watte oder Tampons verwenden
- nach 1 – 2 Tagen auf Stuhlgang achten, diesen weich halten und bei Problemen bitte Rücksprache mit Arzt oder Hebamme

Worauf ist zu achten (speziell)? Naht- und Wundpflege

- bei häufigem Brennen beim Wasserlassen, parallel lauwarmes Wasser über den Genitalbereich laufen lassen
- in der ersten Zeit nach der Geburt ca. alle 4 – 6 Stunden Wundbereich kurz kühlen (5 Min.), z. B. mit Binden oder wassergefüllten Kondomen
- nach 3 – 4 Tagen zur Schmerzlinderung auch Sitzbäder möglich, z. B. mit Kamille, Eichenrindenzusätzen, Schwarztteeaufgüssen oder Salzbadern
- Reinigung des Damms und Scheidenbereichs nach jedem Toilettengang von vorne nach hinten über den Damm ohne Seife
- Unterstützung der Wundheilung ggf. mit Salben auf Basis von Kamille oder Arnika
- bei starken Schmerzen bitte Rücksprache mit Arzt oder Hebamme zwecks Schmerzmittelaufnahme

So kommen Sie gut bei uns an

Mit dem Auto aus Richtung Hamburg kommend (A23)

- Ausfahrt Itzehoe Nord
- Rechts Richtung Innenstadt / Klinikum
- Nach ca. 3 km links abbiegen in die Robert-Koch-Straße
- Parkplätze sind ausgeschildert

Mit der Bahn

- Vom Bahnhof Itzehoe kommend, erreichen Sie in ca. 5 Gehminuten den ZOB und gelangen mit den Buslinien 4 oder 8 direkt zum Klinikum Itzehoe.



Foto M. Kottmeier

Klinikum Itzehoe

Akademisches Lehrkrankenhaus der Universitäten
Kiel, Lübeck und Hamburg
Zweckverband des Kreises Steinburg
und der Stadt Itzehoe

Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe

Chefarzt: Dr. med. Uwe Heilenkötter

Robert-Koch-Straße 2

25524 Itzehoe

Tel. 04821 772-2701

Fax 04821 772-2709

Frauenheilkunde@kh-itzehoe.de

www.klinikum-itzehoe.de

Stand Juli 2021