



Nachsorge nach TURP und HoLEP zu Hause

TURP und HoLEP sind Operationen, bei denen vergrößertes Prostatagewebe über die Harnröhre entfernt wird, ohne Hautschnitt. In den ersten Wochen nach der Entlassung sind zeitweise Blut im Urin, Brennen und häufiges Wasserlassen normal; reichliches Trinken sowie die Vermeidung von Verstopfung und Pressen unterstützen die Genesung. Beim Kontrolltermin werden der Pathologiebefund und Ihr Harnfluss beurteilt.

Zuletzt aktualisiert: 28. Oktober 2026

Sofort ärztliche Hilfe suchen

- Wasserlassen ist nicht möglich, oder aus dem Katheter fließt kein Urin ab
- Dunkelroter Urin mit Blutgerinnseln, der trotz reichlichen Trinkens nicht klarer wird
- Körpertemperatur von 38 °C oder höher oder Schüttelfrost
- Starke Unterbauchschmerzen, die auf Schmerzmittel nicht nachlassen
- Schwellung und Schmerzen in einem Bein oder Atemnot

Im Notfall die 112 anrufen (europäische und türkische Notrufnummer) oder die nächste Notaufnahme aufsuchen.

Dieser Ratgeber enthält allgemeine Informationen; die Anweisungen, die Sie persönlich erhalten, haben immer Vorrang.

Bei der TURP, den bipolaren Verfahren und der HoLEP wird das Prostatagewebe, das die Harnröhre einengt, über die Harnröhre entfernt; ein Hautschnitt ist nicht nötig. Der nach der Operation eingelegte Katheter wird in der Regel innerhalb von 1–3 Tagen entfernt. Die vollständige Heilung der inneren Wundfläche dauert jedoch Wochen; dieser Ratgeber behandelt diesen Zeitraum.

Vor der Entlassung aus dem Krankenhaus

- Wenn Ihr Katheter entfernt wurde, vergewissern Sie sich, dass Sie problemlos Wasser lassen können.
- Wenn Sie mit einem Katheter nach Hause gehen, lassen Sie sich zeigen, wie der Beutel geleert wird, und fragen Sie, wann der Katheter entfernt wird.
- Notieren Sie, welche Medikamente Sie wie einnehmen sollen.

- **Fragen Sie, wann Sie Ihre blutverdünnenden Medikamente wieder einnehmen sollen.** Setzen Sie Blutverdünner nicht ab und ändern Sie sie nicht, ohne mit Ihrem Arzt zu sprechen.
- Erkundigen Sie sich nach dem Datum Ihres Kontrolltermins.

Nach dem Eingriff: die ersten Tage

Folgendes ist häufig und bessert sich meist in den folgenden Wochen:

- **Brennen** beim Wasserlassen
- Häufiges Wasserlassen, plötzlicher Harndrang und nächtliches Aufstehen zum Wasserlassen
- Kurzzeitiger **Urinverlust** bei Harndrang; dies ist meist vorübergehend
- Zeitweise **rosafarbener Urin, eine leichte Blutbeimengung oder kleine Blutgerinnsel**
- Einige Wochen nach der Operation kann **erneut Blut im Urin** auftreten, wenn sich Schorf von der heilenden Wundfläche löst; dies klärt sich meist durch reichliches Trinken

Wenn Sie kleine Blutgerinnsel im Urin bemerken, trinken Sie mehr und ruhen Sie sich aus. Nehmen die Gerinnsel zu oder fällt Ihnen das Wasserlassen schwer, holen Sie sich ohne Verzögerung Hilfe.

Nehmen Sie die von Ihrem Arzt empfohlenen Medikamente wie angewiesen ein. Wenn Ihnen Antibiotika verordnet wurden, nehmen Sie sie bis zum Ende ein, auch wenn Sie sich gut fühlen.

Pflege zu Hause

- **Flüssigkeit:** Trinken Sie reichlich Wasser, über den Tag verteilt; Ziel ist ein heller Urin. Wenn das nächtliche Aufstehen Sie stört, trinken Sie den Großteil tagsüber. Wenn Ihnen geraten wurde, die Trinkmenge zu begrenzen, fragen Sie Ihren Arzt, wie viel Sie trinken sollen.
- **Verstopfung und Pressen:** Pressen kann Blutungen verstärken. Ernähren Sie sich ballaststoffreich und trinken Sie ausreichend; wenn Sie Verstopfung bekommen, sprechen Sie mit Ihrem Arzt.
- **Aktivität:** Gehen Sie kurze Strecken spazieren. Vermeiden Sie schweres Heben, anstrengenden Sport und Radfahren für den von Ihrem Arzt empfohlenen Zeitraum.
- **Duschen:** Sie können duschen.
- **Autofahren:** Wenn Schmerzen Ihre Beweglichkeit nicht einschränken und Sie keine Medikamente einnehmen, die schläfrig machen, beginnen Sie mit kurzen Strecken; vermeiden Sie in den ersten Tagen lange Fahrten.
- **Arbeit:** Wann Sie wieder arbeiten können, hängt von der Art Ihrer Tätigkeit ab; halten Sie sich an den von Ihrem Arzt empfohlenen Zeitraum.
- **Sexualität:** Warten Sie den von Ihrem Arzt empfohlenen Zeitraum ab. Bei den meisten Männern gelangt das Sperma beim Samenerguss in die Blase, statt nach außen auszutreten (**retrograde**

Ejakulation). Dies ist für Ihre Gesundheit nicht schädlich und kann den Urin danach trüb erscheinen lassen, kann aber die Fähigkeit beeinträchtigen, auf natürlichem Weg ein Kind zu zeugen.

- **Beckenbodentraining:** Bei Urinverlust kann es helfen, die Übungen regelmäßig so durchzuführen, wie sie Ihnen gezeigt wurden.
- **Wenn Sie mit einem Katheter zu Hause sind:** Halten Sie den Beutel unterhalb der Höhe Ihrer Blase, leeren Sie ihn regelmäßig, ziehen Sie nicht am Katheter und halten Sie den Bereich um den Katheter mit lauwarmem Wasser sauber.

Nachsorge

- Das entfernte Prostatagewebe wird immer zur pathologischen Untersuchung geschickt. Das Ergebnis wird beim Kontrolltermin mit Ihnen besprochen.
- Bei der Kontrolle werden Ihre Beschwerden, eine Urinuntersuchung und bei Bedarf Ihr Harnstrahl (Uroflowmetrie) sowie die nach dem Wasserlassen in der Blase verbleibende Urinmenge (Restharn) beurteilt.
- Die meisten Patienten bemerken in den ersten Wochen eine Verbesserung des Harnstrahls, während Beschwerden wie Harndrang und häufiges Wasserlassen länger brauchen können, bis sie abklingen. Die Blase benötigt möglicherweise Zeit zur Erholung, besonders wenn Sie lange Zeit Schwierigkeiten beim Wasserlassen hatten. Halten Ihre Beschwerden länger an als erwartet, vereinbaren Sie einen Termin, ohne den Kontrolltermin abzuwarten.
- Bei diesen Operationen wird nicht die gesamte Prostata entfernt. Setzen Sie die PSA-Kontrollen und regelmäßigen Untersuchungen nach Empfehlung Ihres Arztes fort.

Weitere Informationen finden Sie auf der [Seite zur Behandlung der Prostatavergrößerung](#).

Kontakt

- **Termine und Kontrolluntersuchungen:** Özel Medicabil Nilüfer Hastanesi, +90 444 8 112 (werktags 08:30–12:00); Özel Jimer Hastanesi, +90 444 45 67 (werktags 13:00–17:00).
- **Notfälle:** Rufen Sie die 112 an oder suchen Sie die nächste Notaufnahme auf. Nutzen Sie in Notfällen keine Messenger-Dienste (wie WhatsApp).

Kontrolle und Termine

- **Özel Medicabil Nilüfer Hastanesi** · Montag–Freitag 08:30–12:00 · 444 8 112
- **Özel Jimer Hastanesi** · Montag–Freitag 13:00–17:00 · 444 45 67

Dieser Leitfaden dient der allgemeinen Information; Ihre persönlichen Anweisungen haben immer Vorrang.