



# IHRE CHECKLISTE

## Vor Ihrem Beratungsgespräch (Erreichbarkeit / Kontaktaufnahme / Terminvereinbarung)

- **Telefon:** +49 - (0) 89 - 18 90 82 90  
täglich 09:00-14:00 und Montag bis Donnerstag 15:00-19:00;  
außerhalb dieser Zeiten: Bitte Ihre Nachricht auf unserer Mailbox hinterlassen und wir rufen Sie schnellstmöglich zurück.
- **Fax:** +49 - (0) 89 - 18 90 82 920 jederzeit möglich.
- **Email:** info@plastische.com jederzeit möglich.
- Bei Bedarf oder weiter Anreise: vorbereitendes, direktes Gespräch mit Herrn Dr. Widmann jederzeit möglich nach Anmeldung oder durch unseren Rückruf. Fotos, Untersuchungsbilder und Befunde können Sie uns gerne unverbindlich vorab zur Beurteilung zuschicken, faxen oder mailen.

Sie können sehr gerne einen persönlichen Beratungstermin bei Herrn Dr. Widmann vereinbaren.

## Unsere Praxis als „Rahmen“ für Ihr Beratungsgespräch

- Unsere Praxis liegt in bester Innenstadtlage im Herzen Münchens, in der Theatinerstraße 1, im Ärztehaus im Schäfflerhof, direkt hinter dem neuen Münchner Rathaus und nur eine Gehminute vom Marienplatz.
- Wir bieten Ihnen eine exklusive, modernen Privatpraxis mit entspannter Wohlfühlatmosphäre.
- Unsere Praxismitarbeiterinnen sind einfühlsame und erfahrene ausgebildete Medizinische Fachangestellte mit spezieller Schulung in Plastisch-Ästhetischer Chirurgie.
- Durch optimale Terminplanung versuchen wir Wartezeiten in unserer Praxis zu vermeiden.

## Der Ablauf Ihres Beratungsgespräches

- Sie haben immer eine persönliche Beratung bei Herrn Dr. Widmann
- Auf Ihren Wunsch können Sie gerne auch zusammen mit einer Begleitperson kommen (Familienangehörige oder enge Freunde).
- Ihr Beratungsgespräch ist unverbindlich, aber Sie bekommen von uns verbindliche Aussagen und Empfehlungen.
- Ihre Beratung ist sehr ausführlich, darum planen Sie bitte 30 bis 60 Minuten oder länger ein.
- Was besprechen wir mit Ihnen: Ihren „Leidensdruck“, Ihre Wünsche, Ihre Vorstellungen, Ihre Erwartungen, Ihre Krankengeschichte und gezielte medizinische Fragen.
- Ihre Untersuchung wird immer persönlich und einfühlsam durch Herrn Dr. Widmann vorgenommen (auf Wunsch gerne auch im Beisein einer Begleitperson oder Arzthelferin).
- Anschließend besprechen wir alle Details: die Therapiemöglichkeiten, die Alternativen, die Aufklärung, alle Risiken und eine verbindliche Kostenaufstellung mit Kostentransparenz.
- Auf Ihren Wunsch können wir Ihnen gerne auch Bilder zeigen („Vorher-Nachher-Bilder“)
- Was Sie zum Beratungsgespräch mitbringen sollten (falls vorhanden): medizinische Vorbefunde, Arztbriefe, Röntgenbilder, Allergieausweis, Nachsorgekalender, zusätzlich gerne auch alte Fotos und Ihre „Wunschbilder“.
- Was Sie zusätzlich von uns mit nach Hause nehmen können: verschiedene Informationsmaterialien, schriftliche Unterlagen und eine Kostenaufstellung.

## Nach Ihrem Beratungsgespräch

- Sie sollten möglichst gut, verständlich und umfassend informiert sein.
- Nehmen Sie sich ausreichend viel Bedenkzeit.
- Besprechen Sie sich mit Familienangehörigen, engen Freunden, Ihrem Hausarzt und Facharzt.
- Kommen Sie in aller Ruhe zu Ihrer Entscheidung (falls möglich).
- Selbstverständlich können Sie jederzeit bei uns weitere Beratungsgespräche zur Vertiefung oder Beantwortung Ihrer Fragen vereinbaren.



#### **Vor allen Operationen**

- Blutverdünnende Medikamente bitte nach ärztlicher Rücksprache aussetzen.
- Rauchen: Wegen schlechterer Wundheilung und Narbenbildung sollten Sie möglichst 4 Wochen vor und 4 Wochen nach einer OP auf das Rauchen verzichten. Grundsätzlich gilt: je weniger Sie Rauchen, umso geringer die OP-Risiken.

#### **Vor kleineren Operationen nur in lokaler Betäubung**

In der Regel ist keine weitere Vorbereitung notwendig (Abweichungen je nach Befund und Konstitution möglich).

#### **Vor größeren Operationen mit Narkose / Sedierung / Dämmer Schlaf**

Um die Sicherheit Ihrer Operation mit Narkose / Sedierung / Dämmer Schlaf weiter zu erhöhen, empfehlen wir folgende Voruntersuchungen (Abweichungen je nach Befund und Konstitution möglich):

- Laboruntersuchung (diese ist auch in unserer Praxis oder unseren Kliniken möglich)
- EKG (dies ist auch in unseren Kliniken möglich)
- Routine-Untersuchung vom Hausarzt (ggf. zusätzlich spezielle Untersuchungen vom Facharzt)
- Anästhesievorgespräch in den Kliniken

#### **Am Tag Ihrer Operation mit Narkose / Sedierung / Dämmer Schlaf**

- Bitte nüchtern bleiben, d.h. 6 Stunden vor der OP nichts mehr Essen und Trinken (nur schluckweise Wasser ist erlaubt)
- Ihre eigenen Medikamente (nach ärztlicher Absprache) weiter nehmen.
- Sie können gerne frisch geduscht zur OP kommen, aber danach bitte den Körper und insbesondere den OP-Bereich nicht eincremen. Eine Rasur des OP-Gebietes ist nur nach ärztlicher Absprache nötig.
- Ziehen Sie bequeme Kleidung an.
- Bei stationärer Behandlung: Sinnvolles für die Klinik mitnehmen (siehe Klinik-Liste)
- Bei ambulanter Behandlung: Bitte organisieren Sie sich eine persönliche Abholung (auf Abruf) und Betreuung für den ersten Tag. Leider ist selber Autofahren nicht erlaubt.

#### **Nach Ihrer Operation**

- 24h-Hotline direkt zu Herrn Dr. Widmann.
- Ihre Nachbetreuung erfolgt immer persönlich durch Herrn Dr. Widmann: anfangs engmaschig, dann in Abständen und danach gerne auch langfristig und nachhaltig in Jahresabständen (zur dauerhaften Ergebnisverbesserung !!)
- Unsere gezielten Empfehlungen für die Zeit nach der OP werden mit Ihnen bereits vor der OP persönlich besprochen und Ihnen schriftlich ausgehändigt zu Ihrer Vorbereitung.
- Sie bekommen eine spezielle Zusammenstellung und Empfehlung an Medikamenten (je nach Behandlungsumfang und individuellen Bedürfnissen) zur Ihrer guten und schnellen Genesung.
- Sie erhalten spezielle Verbandsmaterialien und Spezialpflaster zur Unterstützung der Wundheilung.
- Bei Bedarf erhalten Sie von uns (angepasste) Spezialbandagen und Kompressionswäsche.
- Wir empfehlen Ihnen spezielle Pflege zur Optimierung der Narben.
- Auf Ihren Wunsch können wir Ihnen zusätzliche Pflegeprodukte und Kosmetik empfehlen.
- Wir erstellen eine exakte Fotodokumentation zur Verlaufsbeurteilung.
- Sie können zu Hause Kühlelemente für die ersten Tage nach der OP vorbereiten.
- Bei Bedarf können wir Ihnen zusätzlich eine optimale interdisziplinäre Nachbehandlung anbieten: Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) und Akupunktur (exclusive durch Frau Dr. med. Sandra Widmann), Physiotherapie, Lymphdrainage, Ergotherapie, Kosmetik, Ernährungsberatung, Personal Trainer, usw.