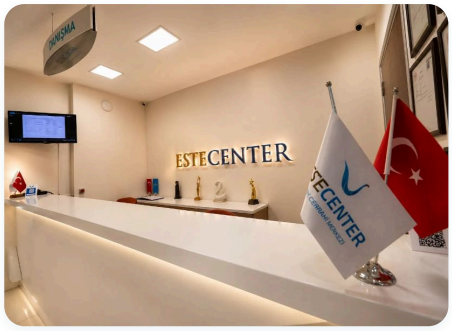
GEMEINSAM REISEN

Der Ratgeber für Begleitpersonen

Für Partner, Eltern oder Freunde, die mitkommen: was jeder Tag bringt, wie Sie helfen, ohne zu bedrängen, und wie Sie die Zeit nutzen



Bei einer Haartransplantation ist Begleitung angenehm, aber nicht nötig. Bei Operationen in Vollnarkose empfehlen wir sie – bei manchen bitten wir darum.

JE NACH BEHANDLUNG

BEHANDLUNG	BEGLEITUNG	WARUM
Haartransplantation, PRP	Optional	Örtliche Betäubung; der Patient kommt allein zurecht
Nasenkorrektur	Empfohlen	Eine Nacht in der Klinik, dann eine Woche Schwellung und Verbände
Brust- oder Körperchirurgie	Dringend empfohlen	Heben und Strecken eingeschränkt; Hilfe im Hotel nützt wirklich
Kombinierte Eingriffe	Erwünscht	Schwerere Heilung; wir planen mit einer Begleitung

ZWEI REISENDE, EIN PLAN



Die Rolle der Begleitung ist praktisch: tragen, holen, sich merken und wahrnehmen.

WAS EINE BEGLEITUNG TATSÄCHLICH VERÄNDERT

- ✓ **Jemand merkt sich etwas.** Anweisungen nach einer Narkose werden oft vergessen; Sie haben sie mitgehört.
- ✓ **Jemand trägt.** Taschen, Wasser, Apotheke – Kleinigkeiten, die groß werden, wenn Bücken tabu ist.
- ✓ **Jemand bemerkt etwas.** Veränderte Hautfarbe, Temperatur oder Stimmung, die der Patient selbst übersieht.
- ✓ **Jemand leistet Gesellschaft.** In der zweiten Nacht ist es im Hotelzimmer still.

In den Paketen ist die Begleitung meist ohne Aufpreis im Hotelzimmer und bei den Transfers enthalten. Fragen Sie Ihre Koordinatorin, was für Ihren Plan gilt.

Fragen Sie Ihre Koordinatorin, ob für diesen Plan eine Begleitung ratsam ist.

Dieser Ratgeber dient der Information.
Die Eignung für eine Behandlung wird nach ärztlicher Untersuchung festgelegt.

SEITE 2 VON 4

Die Reise aus Ihrer Sicht

Ihre Tage verlaufen anders als die des Patienten. So sieht jeder davon für Sie meist aus.

EIN TYPISCHER AUFENTHALT

ANKUNFT	TAG 1	TAG 2	TAG 3	TAG 4–5	ABREISE
Transfer und Hotel	**Beratung**	**Eingriff**	**Erste Kontrolle**	**Ruhige Tage**	**Abschlusskontrolle, Flug**
Abholung am Flughafen, gemeinsamer Check-in. Früh schlafen hilft Ihnen beiden.	Sie dürfen dabei sein. Machen Sie Notizen; der Patient hört anders zu.	Für Sie ein langes Warten. Fragen Sie, wann es Neuigkeiten gibt und wo Sie sein sollen.	Verbandswechsel oder erste Wäsche. Lernen Sie den Ablauf; vielleicht helfen Sie dabei.	Kurze Spaziergänge, Mahlzeiten, Ruhe. Jetzt zählt Ihre Hilfe am meisten.	Unterlagen abgeholt; Sie kümmern sich um das Gepäck.

SPEZIELL AM BEHANDLUNGSTAG

- Fragen Sie die Koordinatorin, wie lange der Eingriff etwa dauert und wann Sie Bescheid bekommen
- Sie können in der Klinik warten oder ins Hotel gehen; das Team ruft Sie so oder so an
- Halten Sie weite Kleidung, Wasser und Ladegerät des Patienten für die Rückkehr bereit
- Chirurg oder Koordinatorin informieren Sie danach; schreiben Sie mit

DIE ERSTE NACHT NACH DER OPERATION

- ✓ **Schlafposition.** Eventuell helfen Sie, Kissen für die erhöhte Rückenlage zu richten.
- ✓ **Medikamentenzeiten.** Halten Sie den Plan ein; stellen Sie Wecker auf Ihrem Handy, nicht auf seinem.
- ✓ **Wasser und kleine Mahlzeiten.** Wenig und oft; der Appetit kommt langsam zurück.
- ✓ **Erreichbar sein.** Lassen Sie Ihr Handy an und kennen Sie die Notfallnummer der Klinik.

Speichern Sie die Notfallnummer der Klinik vor dem Behandlungstag in Ihrem eigenen Handy.

SEITE 3 VON 4

Wie Sie helfen – und worauf Sie achten

Die beste Begleitung ist ruhig, praktisch und aufmerksam. Sie sind keine Pflegekraft; Sie sind die Person, die etwas bemerkt und anruft.

HILFREICH UND WENIGER HILFREICH

Hilfreich

Ruhige, praktische Unterstützung.

- ✓ Taschen, Türen, Apotheke und Mahlzeiten übernehmen
- ✓ Auf Wunsch bei der Waschroutine helfen
- ✓ Die Medikamentenzeiten im Blick behalten
- ✓ Zu kurzen Spaziergängen ermutigen, von Kraftakten abraten
- ✓ Die Verlaufsfotos machen, um die die Klinik bittet

Weniger hilfreich

Gut gemeint, aber belastend.

- ✓ Am zweiten oder dritten Tag das Aussehen kommentieren
- ✓ Mit Ergebnissen aus dem Internet vergleichen
- ✓ Zum Sightseeing drängen, bevor der Patient so weit ist
- ✓ Spätabends Symptome googeln
- ✓ Jedes Ziehen als Notfall behandeln – oder keines

NORMAL NACH EINER OPERATION

- ✓ Schwellung und Blutergüsse mit Höhepunkt um Tag zwei bis drei
- ✓ Müdigkeit, gedrückte Stimmung, wenig Appetit für einige Tage
- ✓ Leichtes Nässen an den Verbänden am ersten Tag
- ✓ Taubheit im und um den behandelten Bereich

RUFEN SIE DAS TEAM AN BEI

- ⚠ Fieber, Schüttelfrost oder starkem Unwohlsein
- ⚠ Plötzlich stärkerer oder praller Schwellung auf einer Seite
- ⚠ Blutung, die einen Verband durchtränkt und auf Druck nicht stoppt
- ⚠ Zunehmenden statt nachlassenden Schmerzen, Atemnot oder Wadenschmerzen

Im Zweifel anrufen

Das Team beantwortet lieber eine Frage, hinter der nichts steckt, als am nächsten Morgen von einem Problem zu erfahren. Die Nummer ist während Ihres Aufenthalts Tag und Nacht erreichbar.

Halten Sie diese Seite in den ersten drei Tagen griffbereit.

SEITE 4 VON 4

Ihre Zeit in Istanbul

Es wird Stunden geben, in denen der Patient ruht und Sie frei sind. Şişli liegt zwischen Nişantaşı, Taksim und dem Bosporus; das meiste ist ein kurzer Spaziergang oder zehn Minuten mit dem Taxi entfernt.

NAH AN DER KLINIK

Nişantaşı
Cafés, Boutiquen und ruhige Straßen, fünfzehn Minuten zu Fuß.

Einkaufszentren
Mehrere in kurzer Taxifahrt; praktisch für Apotheke, Essen und Abwechslung.

Der Bosporus
Die Uferpromenaden von Ortaköy und Bebek, zwanzig Minuten mit dem Taxi. Ideal für einen langen, ruhigen Spaziergang.

Die Altstadt
Sultanahmet braucht einen halben Tag; heben Sie es auf, bis der Patient mitkann, oder gehen Sie, während er schläft.

GUT ZU WISSEN

- ☐ Taxis gibt es reichlich; Fahrdienst-Apps funktionieren und zeigen den Preis
- ☐ Karten werden fast überall akzeptiert; etwas Lira für kleine Läden mitnehmen
- ☐ Apotheken (eczane) tragen ein rotes E; viele nahe der Klinik sprechen Englisch
- ☐ Leitungswasser ist zum Waschen unbedenklich; getrunken wird meist Flaschenwasser
- ☐ Die Flughäfen liegen weit vom Zentrum – planen Sie am Abreisetag zwei Stunden ein

GEMEINSAM NACH HAUSE

- ✓ **Das Gepäck übernehmen Sie.** Die Hebeverbote gelten auch am Flughafen.
- ✓ **Fragen Sie nach Sitzplätzen.** Nach Körpereingriffen helfen ein Gangplatz und Beinfreiheit.
- ✓ **Tragen Sie die Unterlagen.** Entlassungsbericht, Medikamentenliste und Klinikkontakt – im Handgepäck.
- ✓ **Planen Sie die ersten Tage zu Hause.** Essen im Kühlschrank, Kontrolltermine im Kalender, die WhatsApp-Nummer gespeichert.

IHR NÄCHSTER SCHRITT

Sprechen Sie mit uns, bevor Sie entscheiden

Kostenlose Beratung
Ein unverbindliches Gespräch mit einer Koordinatorin.

Fotos senden
Unser ärztliches Team antwortet mit einer Einschätzung.

Per WhatsApp
Antwort in Ihrer Sprache, meist am selben Tag.

✓ Kostenlose Beratung · Kostenlose ärztliche Einschätzung

WHATSAPP ONLINE LESEN

WARUM ESTECENTER?

✓ Erfahrene ärztliche Teams
✓ Individuelle Behandlungsplanung
✓ Betreuung internationaler Patienten
✓ Begleitung über den ganzen Weg

estecenter.com/de

Dieser Ratgeber dient der Information.
Die Eignung für eine Behandlung wird nach ärztlicher Untersuchung festgelegt.