



# Ambulant operation i lokalbedøvelse

Du skal til ambulant operation i Plastikkirurgisk Ambulatorium. Ambulant operation betyder, at du ikke bliver indlagt i forbindelse med operationen, men skal tage hjem, når operationen er overstået.

Hvis du har pårørende med til at ledsage dig hjem, skal de vente i venteværelset, mens du bliver opereret.

## SÅDAN FOREGÅR OPERATIONEN

Under operationen er du lokalbedøvet.

Når du er lagt til rette på operationslejet, vil operationssygeplejersken vaske det område, hvor du skal opereres. Væsken indeholder et gult farvestof, som kan være svært at vaske af, hvis det kommer på dit tøj. Du får herefter nogle sterile afdækningsstykker på, og lægen giver dig indsprøjtningen med lokalbedøvelse. Bedøvelsen virker med det samme, og virkningen forsvinder efter cirka 3 timer.

Når du er bedøvet, foretager lægen det indgreb, som I har aftalt.

## SÅDAN FORBEREDER DU DIG

### Undgå nikotin i tiden før operationen

For at mindske risikoen for infektion og sikre en bedre heling efter operationen SKAL du undlade at ryge samt bruge nikotinholdige præparater i 8 uger før operationen. Det samme gælder brugen af E-cigaretter uden nikotin og vandpipe. Overholder du ikke dette, forbeholder vi os ret til at aflyse din operation (Medmindre din operation skyldes kræft).

### Undlad makeup, hvis du skal opereres i ansigtet

Hvis du skal opereres i ansigtet, skal du undlade at tage makeup eller creme på.

### Tag eventuelt smertestillende

For at komme smerter i forkøbet, kan du med fordel anskaffe dig EMLA – en lokalbedøvende gel, der kan smøres på operationsområdet hjemmefra. Du kan købe EMLA på apoteket.

For at forebygge smerter efter operationen kan du tage smertestillende medicin fra håndkøb, fx paracetamol, inden operationen.

### Tag åben sko eller sandal på

Skal du opereres på ben eller fod, så vær opmærksom på, at du kan få forbindelse på, som ikke kan være i almindeligt fodtøj. Tag derfor gerne en åben sko på eller sandaler.

## EFTER OPERATIONEN

### Aftal at blive hentet af en pårørende

Du bør ikke køre bil på operationsdagen. Sørg for at have en pårørende til at ledsage dig eller køre dig hjem. Du kan få problemer med dit forsikringselskab, hvis du er impliceret i uheld efter at have modtaget bedøvelse.

## NÅR DU KOMMER HJEM

### Tag smertestillende efter behov

Du kan have lette smerter eller ubehag i den første tid efter operationen. Du kan lindre smerterne med smertestillende medicin fra håndkøb, fx paracetamol. Du bør undgå medicin med acetylsalicylsyre, da det øger risikoen for blødning.

### Tag den med ro i den første tid

Du skal generelt tage den med ro i den første tid efter operationen. Vi fortæller dig, hvor meget du må foretage dig efter operationen, blandt andet hvor længe du skal være sygemeldt, og hvornår du må dyrke motion igen.



### Vent med brusebad, karbad og svømmehal

Du bør vente 24 timer med at tage brusebad.

For at mindske risikoen for infektion fraråder vi dig at tage karbad, gå i svømmehal og bade i havet indtil 3 uger efter, at operationssårene er helet.

### Hvis du er opereret i ansigtet

Er du opereret i ansigtet eller på hovedet, skal du være opmærksom på at bruge en ekstra hovedpude om natten og ikke at bukke hovedet nedad.

### Hvis du er opereret omkring munden

Er du opereret omkring munden, bør du kun spise blød eller flydende kost i cirka 2 dage.

### Hvis du er opereret på benet

Er du opereret på benet, er det bedst at have benet oppe, fx på en stol, når du sidder ned. Du bør undgå at gå for meget.

### Vær opmærksom på infektion

Får du feber eller rødme, varme og smerte ved såret, kan det være tegn på infektion, som skal behandles. Kontakt os, din egen læge, eller Lægevagten hvis du oplever tegn på infektion.

### Vær opmærksom på blødning

Skulle der opstå blødning efter operationen, kan du lægge noget kølende mod operationsstedet og presse let på det med et rent klæde. Blødningen vil da standse i løbet af kort tid. Hvis du oplever, at blødningen tager til, skal du kontakte os eller din egen læge.

### Undlad fortsat at ryge

Nikotin får blodkarrene til at trække sig sammen, hvorved der ikke kommer nok ilt til det område, hvor du er opereret. Det nedsætter sårets heling og øger risikoen for infektion. Du bør derfor fortsat undlade at ryge, bruge nikotinholdige præparater samt E-cigaretter uden nikotin i **8 uger efter operationen**.

### Fjern ydre plaster

Over stingene sidder brunt plaster, som skal blive siddende, indtil du har fået fjernet operationstråd. Over det brune plaster sidder et ydre, sugende

plaster, som du skal fjerne dagen efter operationen for at undgå hudproblemer.

### Aftal at få fjernet operationstråd

Du vil enten få en tid i vores ambulatorium til at få fjernet operationstrådene, eller også skal du selv kontakte din læge og bestille en tid til at få fjernet tråd. Hvor længe trådene skal sidde, afhænger af hvordan du er blevet opereret.

### Brug beskyttende plaster i 3 måneder

For at undgå at arrene bliver belastede, bør du anvende Micropore-plaster (brunt papirplaster) direkte på arrene i 3 måneder efter operationen. Du skal skifte plaster 2 gange om ugen, efter du har fået fjernet operationstråd. Du kan købe plastret på apoteket.

### Undgå solen

Arret er meget sart. Du bør beskytte arret mod solen i det første år, så det heler så pænt som muligt. Gå heller ikke i solarium.

## KONTAKT OG MERE VIDEN

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os.



### Kontakt

#### Plastik- og Mammakirurgisk Afdeling

Tlf. 97 66 06 24

Vi træffes bedst:

Mandag – fredag 7.00 – 10.00 og 13.00 – 14.00