

Brystformindskende operation

Du skal have reduceret størrelsen på dine bryster ved en brystformindskende operation.

SÅDAN FOREGÅR OPERATIONEN

Under operationen er du fuldt bedøvet.

Inden du bliver bedøvet, bliver du koblet til et drop, som giver dig væske gennem et plastkrør i hånddryggen. Lægen, der skal operere, taler først med dig om, hvad der skal foregå, og tegner derefter på dig, der hvor snittene skal lægges.

Du får muligvis lagt et dræn i brystet, som leder overskydende væske og blod fra operationsområdet ud i en plastikbeholder.

Lægen fjerner den mængde væv, som er nødvendig for at give brystet den rigtige størrelse. Lægen flytter brystvorten, mens den er forbundet til den "stilk", som forsyner den med blod. Til sidst samler lægen dit bryst i et ankerformet ar, så du har ar under brystet og ar fra brystvorten ned til arret under brystet. Du har også et ar rundt om brystvorten.

Herefter får du plaster på sårene og en støttende bh på.

Operationen varer cirka 2 timer.

Efter operationen bliver du kørt til opvågningsstuen, hvor du bliver observeret, indtil du er vågen efter bedøvelsen. Først herefter bliver du kørt tilbage på sengeafsnittet.

SÅDAN FORBEREDE R DU DIG

Undlad at ryge i 8 uger

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 vandpibe. Overholder du ikke dette, forbeholder vi os ret til at aflyse din operation.

Vask dig grundigt før operationen

Tag et bad om aftenen eller morgenen, og vask dig grundigt med vand og sæbe – særligt på stedet for indgrebet. Tag også renvasket tøj på. Undlad at smøre dig ind i fed creme, da det gør det vanskeligt at desinficere dig inden operationen. Så har du gjort det, du kan, for at mindske risikoen for infektion.

Fjern hårvækst

Du skal fjerne hårvækst under armene 2 dage før operationen.

Mød fastende til aftalen

Du skal faste inden narkosen, så din mavesæk er helt tom. Det er vigtigt, så der ikke opstår risiko for, at mad i mavesækken kan løbe tilbage gennem spiserøret og ned i lungerne. Møder du ikke fastende, kan vi være nødt til at aflyse din aftale. Du skal derfor følge disse retningslinjer:

- Du må ikke spise fra 6 timer inden undersøgelsen eller behandlingen. Du må heller ikke drikke mælkeprodukter eller spise pastiller, bolsjer og tyggegummi.
- Du må gerne drikke klare væsker indtil 2 timer før. Det kan fx være vand, saftvand eller te og kaffe uden mælk.
- For dit velbefindende før og efter narkosen anbefaler vi, at du drikker et stort glas saft 2 timer før den planlagte undersøgelse eller behandling og derefter ingenting, til narkosen er overstået.

Følg disse retningslinjer, medmindre narkoselægen har givet dig anden vejledning.

Fjern make-up og løse genstande

Af hensyn til hygiejne og sikkerhed under operationen skal du forberede dig således:

- **Make-up.** Fjern al make-up og neglelak. Under operationen skal vi kunne iagttage din huds naturlige farver.
- **Duft.** Undlad at bruge deodorant på operationsdagen.
- **Smykker.** Fjern løse dele såsom smykker, piercinger, ur og ringe. Smykker er samlingssted for bakterier, der øger risikoen for infektion.
- **Daglige hjælpemidler.** Briller, høreapparat og tandprotese må du beholde, indtil vi bedøver dig.
- **Kontaktlinser.** Linser må du gerne beholde i. Fortæl dog sygeplejersken, hvis du bruger linser

EFTER OPERATIONEN

Sig til, hvis du får smerter

Du vil have smerter i såret og spændinger i brystvævet efter operationen. Vi tilbyder dig smertestillende medicin, og hvis du har behov for mere, må du sige til. Det er vigtigt, at du ikke har flere smerter, end at du kan slappe af og også komme ud af sengen.

Hurtigt ud af sengen

Det er vigtigt, at du efter operationen kommer i gang med at bevæge dig. Det mindsker risikoen for komplikationer. Du skal derfor forvente, at vi allerede få timer efter operationen beder dig om at komme ud af sengen og op at gå omkring – medmindre lægen skønner noget andet. Vi støtter dig selvfølgelig i det omfang, du har brug for det.

Udskrivelse

Du skal være indlagt så længe, du har behov for at have dræn. I nogle tilfælde kan du blive udskrevet, selvom du stadig har dræn. Hvis det er tilfældet, aftaler vi, hvornår du skal komme og få fjernet drænene.

Hvis du ikke har fået anlagt dræn, kan du forvente at komme hjem dagen efter operationen.

NÅR DU KOMMER HJEM

Sygemeld dig

Du må forvente at være sygemeldt i en periode efter operationen. Hvor længe du skal være sygemeldt, afhænger af den fysiske aktivitet i dit arbejde samt dit generelle helbred. Som regel er det nødvendigt at være sygemeldt i 2-4 uger efter denne behandling, men tal med lægen om netop dit behov.

Brug beskyttende plaster i 3 måneder

For at undgå at arrene bliver breddeøgede, bør du anvende Micropore-plaster (brunt papirplaster) på langs af arrene i 3 måneder efter operationen. Du skal skifte plaster 2 gange ugentligt. Du kan købe plastret på apoteket.

Brug støttende bh

Du får udleveret en støttende bh på sygehuset. Brug den døgnet rundt i de første 4-6 uger. Derefter, i de næste 2-3 måneder skal du bruge bh'en i dagtimerne. Den giver brystet god støtte, så det kan hele bedst muligt. Får du brug for flere bh'er, skal du selv anskaffe dem.

Forvent hævelse og misfarvning

Dine bryster kan være hævede og spændte. Der kan sive blod fra sårene, og der kan komme misfarvninger. Spændingerne og misfarvningerne vil aftage i løbet af de første uger efter operationen. Du kan først vurdere det endelige resultat efter 3 måneder.

Tag smertestillende efter behov

Hvis du oplever smerter og ubehag, kan du lindre generne med smertestillende medicin fra håndkøb.

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, og du bør derfor undlade at ryge samt bruge nikotinholdige præparater i 8 uger efter operationen. Dette gælder ligeledes E-cigaretter uden nikotin



Undgå solen

Arrene er meget sarte. Du bør beskytte arrene mod solen med plaster og solcreme i det første år, så de heler så pænt som muligt. Gå heller ikke i solarium.

Tag den med ro i den første tid

De første 3-4 uger efter operationen skal du undgå stød, slag og fysisk anstrengende aktiviteter, herunder kondiløb, sport, hårdt fysisk arbejde og tunge løft.

Vær opmærksom på infektion og andre komplikationer

Får du feber eller rødme, varme, pludselig hævelse og smerte ved såret, kan det være tegn på infektion, som skal behandles. Oplever du andre komplikationer, fx problemer med sårheling, så kontakt din egen læge eller Lægevagten.

Forvent ændret følesans

Følesansen i huden på brystet er ofte nedsat efter operationen. Følesansen bliver som regel normal igen i løbet af 1 år.

KONTROL

Inden du bliver udskrevet, informerer vi dig om fjernelse af sting og kontrol af ar.

KONTAKT OG MERE VIDEN

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os. Vil du vide mere om brystformindskende operation, kan du eventuelt læse mere på patienthåndbogen.dk. Søg på: 'brystreduktion'.



Kontakt

Plastik- og Mammakirurgisk Afdeling

Tlf. 97 66 06 24

Vi træffes bedst:

Mandag – fredag 7.00 – 10.00 og 13.00 – 14.00