

## Patientinformation for brystreduktion

**Formål/definition:** Store, tunge bryster kan forårsage smerter i nakke, skuldre og ryg og for nogle kan de hæmme fysiske og sportslige aktivitetsmuligheder. Desuden kan fugt og hudløshed under brystet skabe irritation og medføre lugtgener.

**Hvem kan blive tilbudt operation?** Alle raske kvinder, der er rimelige normalvægtige og med et BMI på max 30. Har du endnu ikke fået de børn, du ønsker, er det ikke en hindring for at få foretaget en brystreduktion. Ofte vil man kunne amme efter operationen, om end der ikke gives garanti.

**Mammografi:** Dansk Brystkirurgisk Selskab anbefaler, at kvinder over 40 år, der ønsker en brystreduktion, får foretaget mammografi før operation (hvis der ikke er foretaget mammografi inden for det sidste 6 måneder). Kvinder der er disponeret for brystkræft eller som har haft brystkræft eller forstadier til brystkræft, bør få foretaget en mammografi inden evt. brystreduktion (hvis der ikke foreligger dette inden for 3 måneder). Plastikkirurgen vil vejlede dig i dette.

### Forundersøgelse

Den første konsultation hos en af vores speciallæger i plastikkirurgi handler om at lytte til dine behov, ønsker og forventninger og sørge for, at du får den rigtige information og svar på dine spørgsmål. Du får blandt andet information om, hvilke behandlinger, der bedst kan imødekomme det resultatet, du ønsker.

Ved forundersøgelsen foretager kirurgen også en faglig og helbredsmæssigvurdering af dig og på baggrund heraf, taler I om dine muligheder og de risici, der altid er ved en operation.

Du er velkommen til at tage en ven eller et familiemedlem med til forundersøgelsen, da der er mange informationer, og det er vigtigt for os, at du føler dig tryk.

Børn må desværre ikke være med ved forundersøgelsen.

**Betænkningstid og booking:** I følge loven kan du først give samtykke til operationen og blive opereret, når du har haft 7 dages betænkningstid efter forundersøgelsen, men du er velkommen til at booke en operationstid, efter du har været inde til forundersøgelse.

## Forberedelse til operationen

Dage/uger før operationen	Undgå /ophør med følgende
6 uger før og 4 uger efter operationen	Ophør/ hold pause med <b>rygning/E- cigaretter</b> . Dette for at nedsætte risikoen for dårlig sårheling, lungeproblemer og infektioner i forbindelse med operationen.
4 uger før f operationen	Hvis du drikker mere end 4 genstande dagligt, bør du ophøre fuldstændigt med at indtage <b>alkohol</b> .
30 dage før og efter operationen	Undgå at få lavet <b>tatoveringer, piercinger eller større tandlægearbejde</b> fx fyldninger. Dette skyldes at der i forbindelse med disse indgreb kan danne sig bakterier i blodet.
21 dage/ 3 uger før operationen	Hvis du får <b>vægtreducerende medicin</b> fx WegoVy skal du holde pause 3 uger inden operation. Du kan genoptage behandlingen umiddelbart efter operationen.
7 dage før operationen	Hvis du tager <b>naturlægemidler</b> , der kan påvirke blodets evne til at størkne fx Q10, fiskeolie, Baldrian, Ginseng, Ginko, hvidløgspulver / ingefær eller E-vitamin, skal du holde pause med dette.  Du kan genoptage behandlingen 1 uge efter operationen.
3 dage før operationen	Hvis du tager <b>lægemidler</b> , der indeholder acetylsalisylsyre (Magnyl, Asperin m.fl.) skal du holde pause med dette.  Du må <b>ikke</b> stoppe med at tage hjertemagnyl eller anden blodfortyndende medicin ( Clopidogrel, Marvan m.fl) uden at have konfereret det med ordinerende læge. Hvis der kan pauseres med Clopidogrel er det i <b>5 dage</b> før operationen.  Du kan genoptage behandlingen 3 dage efter operationen.  Hvis du tager <b>gigtmedicin</b> (Ibuprofen, Naproxen, Diclofenac etc.) skal du holde pause i 3 dage evt. efter aftale med din praktiserende læge eller reumatolog.

	Du kan genoptage behandlingen lige efter operationen.
--	---

## Tjekliste før operationen

- Køb Paracetamol a 500mg + Ibuprofen a 200 mg til en uges forbrug
- Overvej om du vil købe en ekstra sports-bh, til brug efter operationen
- Det er en god ide at købe ind og lave mad til en uge, så du kun skal koncentrere dig om at restituere efter operationen.
- Aftal med en pårørende, at du bliver hentet 2 timer efter operationen og passet de næste 24 timer. Du må ikke selv føre bil, men gerne køre med som passager.

## Faste før operationen

Generelt gælder disse regler:

- Er dit mødetidspunkt inden kl. 12.00, skal du faste fra kl. 00.00 natten til din operationsdag. Det vil sige, at du ikke må spise, drikke, ryge eller tygge tyggegummi derefter.
- Er dit mødetidspunkt efter kl. 12.00, skal du faste 6 timer før mødetidspunktet. Det vil sige, at du ikke må spise, drikke, ryge eller tygge tyggegummi derefter.
- Vi anbefaler dog, at du drikker 1-2 glas TYND SAFT eller VAND, altså klare væsker, indtil 2 timer før dit mødetidspunkt, ikke noget andet.
- "Klare væsker" betyder, at væsken skal være helt gennemsigtig – ingen mælk, ingen smoothies, ingen proteinshakes. Det er fordi selv små mængder fedt eller fibre kan ligge tungere i maven og tage længere tid at fordøje.

## På operationsdagen

- På operationsdagen skal du hjemmefra tage et brusebad med grundig sæbevask af krop og hår. Undlad at bruge creme på det område, der skal opereres.
- Klæd dig i løst behageligt tøj, gerne bluse med lynlås og flade sko.
- Smykker og evt. piercinger tages af og efterlades hjemme.

På operationsdagen møder du kirurgen, som gennemgår dagens forløb med dig, og sikrer, at du får svar på evt. spørgsmål. Lige før operationen vil kirurgen tegne på det område, der skal opereres.

Du taler også med vores narkosepersonale før operationen.

Har du pårørende med på operationsdagen, kan disse vente i vores lounge, men kan ikke komme med ind på operationsstuen eller opvågningsafsnittet.

## Operation og bedøvelse

Selve operationen foregår i fuld bedøvelse og tager 2-3 timer.

Narkoselægen lægger et drop, hvorigennem du får bedøvelsesmiddel. Når du er vågen efter operationen, vil du kunne tage hjem efter et par timer.

Ved større og mere komplicerede brystreduktioner vil du være indlagt natten over. Dette vurderer plastikkirurgen ved konsultationen forud for indgrebet.

Vores opvågningsafsnit er et fællesafsnit for alle operationspatienter, du ligger således ikke alene, og derfor kan der heller ikke være pårørende til stede på afsnittet.

## Efter operationen

Du vil formentlig blive overrasket over, at du ikke har specielt ondt efter denne operation. Der kan dog forekomme smerter, som du kan afhjælpe ved at tage tablet Paracetamol 500 mg. Du vil efter operationen blive vejledt i brug af smertestillende medicin, og rådgivet omkring brugen af den støttende BH.

Der er visse forhold, der øger **risikoen for blodpropper** særligt i benene og lungerne i forbindelse med kirurgi. Derfor anbefales nogle kunder at få en forebyggende indsprøjtning med et blodfortyndende stof på opvågningsafsnittet.

**Udskrivelse** :Du kan blive hentet efter ca. 2 timer efter operationen er afsluttet. Samlet set vil du være hos os i ca. 5 timer.

## De første dage efter operationen

**I gang igen:** Af hensyn til dit generelle velbefindende og for at forebygge dannelse af blodpropper, er det vigtigt at du hurtigt kommer på benene igen efter operationen, men også at du får hvilet, så kroppen får mulighed for at hele.

- Skulle der komme **lidt blødning** fra såret kan dette afhjælpes ved at trykke et rent klæde mod huden i ca. 20 minutter til blødningen er stoppet.

- Der vil ofte komme lidt **misfarvninger** i huden, og der kan komme lidt sivning senere fra sårene, men du skal blot lægge lidt gaze og skifte dette efter behov. Efter ca. 2 uger fjernes eventuelle tråde.

**Øvrige forholdsregler:** Det er vigtigt, at du følger de anbefalinger opvågnings-sygeplejersken giver dig. Det drejer sig bl.a. om hvornår du kan gå i bad og skifte forbindelse

- Du bør vente med hårdt arbejde og sport i ca. 4 uger. Start derefter langsomt op og benyt den støttende bh. Mærker du ømhed i brysterne, bør du straks stoppe og gå langsommere til værks næste gang. Du kan gå en tur eller cykle, når du har lyst til det.
- Undgå svømmehal, dampbade og sauna i ca. 5-6 uger, eller til sårene er helt lukket.
- Undgå rygning i 4 uger.

## Komplikationer

Alvorlige komplikationer er meget usædvanlige, men ved alle kirurgiske indgreb er der en risiko, de mulige komplikationer er:

- Brystvorterne kan blive **mere eller mindre følsomme** og i sjældne tilfælde følelsesløse. Risikoen er op til cirka 5 %.
- **Sårinfektion** 1 %. En infektion i arret, der sædvanligvis kan behandles med antibiotika.
- **Hæmatom** – i sjældne tilfælde (under 1%) kan der efter operationen opstå en blødning. Dette kan kræve kirurgen stopper blødningen ved en evt. ny operation.
- **Asymmetri** dvs. brysterne ikke bliver helt ens, men ofte er kvinders bryster ikke helt ens fra begyndelsen.
- **Tykke og røde ar.** Ardannelse er individuel, man kan ikke forudsige, hvordan den enkelte danner ar på brysterne. I starten vil de fleste ar være tydelige og røde, men vil aftage og blive pæne og hvide med tiden.
- **Breddeførøgede ar.** Hos enkelte kan arrende blive lidt brede pga. det store træk, der vil være på grund af brysternes tyngdevirkning.
- En meget sjælden komplikation er, at noget af **brystvorten dør**, da blodforsyningen ved operationen kan forringes. Det er meget vigtigt, at du ikke

ryger 6 uger før og 4 uger efter operationen, da rygning øger risikoen for dette.  
(Risikoen er under 1%).

## Hvad skal du være opmærksom på?

**Infektion:** Du skal være særlig opmærksom på tegn på infektion i form af feber, varme, hævelse og rødme. Mål gerne din temperatur, før du evt. kontakter os.

**Forstoppelse:** Noget af den medicin du får i de første par dage, kan give forstoppelse, derfor er det vigtigt, at du bevæger dig, drikker rigelig med væske og spiser fiberrigt.

## Genoptagelse af arbejde

De fleste er tilbage på arbejdet efter 7-14 dage, afhængig af omfanget af operationen og arbejdets karakter. Vi kan desværre ikke hjælpe dig med en sygemelding.

## Efterforløb og kontrol

Du får udleveret en kontroltid på operationsdagen.

- Den første kontrol vil være efter 10-14 dage hos vores sygeplejerske
- Den afsluttende kontrol hos kirurgen vil være efter ca. 6 måneder.

Du er velkommen til at tage en ven eller et familiemedlem med til kontrollen.  
Børn må desværre ikke være med ved kontrollen.

## Har du spørgsmål eller vil du læse mere?

Du er også velkommen til at ringe til klinikken på tlf. 70 27 57 57.

På vores hjemmeside vil du ligeledes kunne finde svar på mange spørgsmål.