

PATIENTINFORMATION OM PANDE-, TINDINGE- OG ØJENBRYNSLØFT

HVILKE TYPER PANDE-, TINDINGE- OG ØJENBRYNSLØFT TILBYDER VI HOS AK NYGART?

Der findes forskellige metoder, hvorved man foretager et pandeløft, tindingeløft eller alternativt et øjenbrynsløft. Hvilken metode der passer bedst til dit ønske om det kosmetiske resultat, vil du og kirurgen finde frem til under den indledende konsultation.

Klassisk øjenbrynsløft: Foregår ved at man lægger et snit lige i hårgrænsen eller oppe i selve håret. Herefter løsnes huden og underliggende væv ned i panden, der strammes op og det overskydende hud fjernes. Eventuelt fjernes lidt af muskulaturen mellem brynene. Til slut lukkes der med tråde eller clips.

Endoskopisk pandeløft: Kaldes også for kikkertmetoden og foregår ved, at man via ganske små huller i hårgrænsen (ca. 5-10 mm) strammer op i panden. Dette i kombination med, at musklerne mellem brynene svækkes. Opstramningen foregår med tråd, som i visse tilfælde strammes op til en lille selvopløsende "skrue", der er placeret i knoglen. De små huller lukkes med enten clips eller tråde.

Tindingeløft: Indgrebet består i at der placeres et lille snit inden for hårgrænsen i tindingeregionen. Huden ud til siden i panden løsnes, og der strammes op med tråde. Eventuel overskydende hud fjernes og der lukkes med tråd eller clips.

Direkte øjenbrynsløft: Ved denne metode fjernes overskydende hud i området lige over øjenbrynene. Der syes og operationen er færdig.

Selve operationen tager normalt ca. 1- 1½ time.

Pande-, tindinge- og øjenbrynsløft udføres ofte i kombination med et ansigtsløft, øjenlåsoperationer, fedtsugning af hage, fedttransplantation til ansigtet, Botox/Azzalure og filler-behandlinger for at opnå et generelt yngre udtryk.

HVEM KAN FÅ PANDE-, TINDINGE- OG ØJENBRYNSLØFT?

Et pande-, tindinge- eller øjenbrynsløft egner sig bedst til mænd og kvinder, hvis hud stadig har en vis elasticitet. Typisk er patienterne i alderen 40 år til omkring 70 år, men et pande-, tindinge- eller øjenbrynsløft kan med succes foretages på både ældre og yngre personer.

HVAD SKAL DU HAVE FORETAGET?

Før du beslutter dig for at få foretaget et løft af øjenbryn, tindinger eller pandeløft, skal du nøje overveje dine forventninger og diskutere dem med plastikkirurgen. Det vil foregå ved en forundersøgelse, og kirurgen vil vurdere dit ansigt, før I sammen planlægger netop din operation. Bemærk blot, at du ifølge loven først kan give dit samtykke til operationen og blive opereret, når du har haft 7 dages betænkningstid efter forundersøgelsen.

Du er velkommen til at tage en ven, et familiemedlem eller kæresten med til forundersøgelsen, hvor den mundtlige information bliver givet. Hos AK Nygart sætter vi en ære i at give så grundig en faglig og personlig vejledning som mulig.

Husk at der maksimalt kan være 2 personer til forundersøgelse ad gangen. Er I flere, der ønsker forundersøgelse og gerne vil have en pårørende med, må I derfor booke tider uafhængigt af hinanden.

HVORDAN KAN DU FORBEREDE DIG TIL OPERATIONEN?

Inden operationen skal du:

- 1 uge før operationen skal du ophøre med at spise lægemidler, der indeholder acetylsalicylsyre (Magnyl, Aspirin m.fl.). Dog må du ikke stoppe med at spise hjertemagnyl eller anden blodfortyndende medicin (**Clopidogrel, Marevan, etc**) uden at have konfereret det med din egen læge eller din hjertelæge.
- Naturlægemidler, som kan påvirke blodets evne til at størkne, fx **Q10, fiskeolie, Baldrian, ginseng, ginko, hvidlødspulver/ingefær** eller **E-vitamin** bør du ophøre med 1 uge før.
- Gigtmedicin (**Ibuprofen, Naproxen, Diclofenac** etc): Pausere i 3 dage evt efter aftale med din praktiserende læge eller rheumatolog.
- Undgå at få lavet tatoveringer, piercinger eller få foretaget større tandlægearbejder med fx isætning af fyldninger 1 måned før operationen og 1 måned efter operationen. Det skyldes, at der i forbindelse med tatovering, piercing og tandlægearbejde kan danne sig bakterier i blodet.
- Derudover skal du indkøbe Paracetamol a 500 mg + Ibuprofen a 200 mg til en uges forbrug.
- Aftale med en pårørende, at du bliver hentet 2 timer efter operationen og passet de næste 24 timer.
- Det er en god ide at købe ind og lave mad til en uge, så du kun skal koncentrere dig om at restituere dig efter operationen.
- På operationsdagen skal du tage et brusebad med grundig sæbevask af krop og hår. Undlad at bruge bodylotion eller creme på det område, der skal opereres.
- Klæd dig i løst, behageligt tøj, gerne bluse med lynlås og flade sko.
- Smykker og eventuelle piercinger tages af og efterlades hjemme.
- Holde pause med rygning/ E-cigaretter 6 uger før og 4 uger efter operationen: For at nedsætte risikoen for dårlig sårheling, lungeproblemer og infektioner i forbindelse med operationen, bør du stoppe med at ryge mindst 6 uger før du skal opereres. Hvis du har tænkt dig at starte med at ryge igen, anbefaler vi, at du venter til mindst 4 uger efter operationen, for at optimere helingsprocessen. Rygestopmedicin (nikotinplaster, nikotin-tyggegummi, etc) kan anvendes. [Læs mere her](#).
- Holde pause med alkohol: Hvis du drikker mindre end 7 genstande/uge som kvinde og mindre end 14 genstande/uge som mand, har du kun lav risiko for at blive syg på grund af alkohol i forbindelse med en operation. Hvis du drikker mere end dette bør du skrue ned for dit forbrug, og drikker du mere end 4 genstande dagligt bør du stoppe helt med at drikke alkohol 4 uger før din operation. Det vil mindske risikoen for komplikationer (infektioner, dårlig sårheling, lungeproblemer etc.) [Læs mere her](#).

HVOR LÆNGE SKAL JEG VÆRE INDLAGT EFTER OPERATIONEN?

Det er sædvanligvis ikke nødvendigt at være indlagt efter et pande-, tindinge- og øjenbrynsløft. Du skal dog altid forblive på vores opvågning i nogle timer efter operationen, indtil du er frisk efter narkosen og klar til at tage hjem. Hvis indgrebet er så lille, at det er foregået i lokalbedøvelse, vil du oftest kunne tage hjem

ganske kort tid efter indgrebet. Vi anbefaler, at du bliver hentet af en pårørende og tidspunktet for dette aftaler du med sygeplejersken, der passer dig på opvågningen.

HVORDAN HAR DU DET EFTER OPERATIONEN?

Der vil typisk være lette smerter efter operationen. Disse smerter kan formindskes ved at tage tablet Paracetamol og Ibuprofen. Du får udleveret den nødvendige medicin ved udskrivelsen. Det er vigtigt, at ligge med hovedet højt de første dage. Inden udskrivelsen får du også information ang hvornår du kan tage bad og hvilken type forbindelse du har fået på og hvornår denne skal skiftes.

Før du udskrives, vil du blive tilset af plastikkirurgen, der har foretaget din operation. Sammen med sygeplejersken vil han sikre sig, at du har fået svar på alle dine spørgsmål. Du får udleveret et akut telefonnummer til kirurgen til brug ved eventuelle akutte opståede problemer.

HVORNÅR SKAL DU MØDE PÅ KLINIKKEN TIL KONTROL?

Du vil på operationsdagen blive oplyst af opvågnings-sygeplejersken omkring kontrol forløbet hos sygeplejersken og kirurgen.

Er du utryk eller har du spørgsmål i den mellemliggende tid, er du altid velkommen til at ringe til os og eventuelt aftale en tid i klinikken.

HVORNÅR ER ALT NORMALT IGEN?

Efter operationen bør du få rigelig hvile, så kroppen kan bruge al energi på at hele op. I begyndelsen vil dit ansigt føles lidt mærkeligt. Dine ansigtstræk kan kortvarigt være lidt anderledes på grund af hævelse, og dine ansigtsbevægelser kan blive noget stive, ligesom du formodentlig vil fokusere meget på dine ar. I enkelte tilfælde kan sår og eventuelle blå mærker vare i op til 3 uger. Efter 2-3 uger vil du både se og føle dig meget bedre tilpas. Hvis du i forvejen har gjort dig klart, at resultatet ikke fremtræder umiddelbart efter behandlingen, vil du hurtigere blive glad for dit pandeløft. De fleste, der er blevet opereret, er tilbage på arbejdet én uge eller højst to uger efter operationen. Selv efter hævelsen og de eventuelle blå mærker er forsvundet, er håret omkring tindingerne måske lidt tyndt. Din hud kan også føles lidt ru og tør i flere måneder. Du vil få ar fra pandeløftet, men disse er sædvanligvis gemt af håret eller i ansigtets naturlige "gummesteder". Efterhånden vil arrene blive nærmest usynlige. Dine ar kan også være røde i nogle måneder og du bør undgå sol direkte på arrene i op til 1 år.

ANBEFALINGER OG GODE RÅD I TIDEN EFTER OPERATION FOR PANDE-, TINDINGE- OG ØJENBRYNSLØFT

Arbejde/løft

Afhængig af arbejdets karakter, er langt de fleste patienter i stand til at genoptage arbejdet efter 1-2 uger. På dette tidspunkt vil du formentlig også være i stand til at dække eventuelle blå mærker med makeup. De første 2 uger efter operationen anbefaler vi, at du er lidt forsigtig hvad angår tunge løft.

Bilkørsel

Du kan køre bil, når du igen kan reagere helt normalt i enhver situation.

Creme

Vent med at bruge creme på arrene til disse er fuldstændig helede og uden sår.

Sovestilling

Vi anbefaler, at du sover på ryggen den første uge efter operationen. I de første par nætter, er det en god ide at ligge lidt højt med hovedet.

Motion

Du kan gå ture og cykle (ikke spinning), når du har lyst. Men vi anbefaler, at du tager det yderst med ro de første par dage. Vi anbefaler også, at du venter med løb og anden sport til 4 uger efter operationen.

Smertestillende

Smertestillende medicin tages som ordineret ved udskrivelsen.

Forbinding

Du får en forbinding på inden udskrivelsen. Følg anvisningen fra sygeplejersken mht hvor lang tid du skal gå med denne.

Svømmehal /havbad

Du skal vente med at gå i svømmehal og bade i havet indtil dine der ikke er sårskorpe på dine ar mere og de er helet helt op.

Sollys

Undgå direkte soleksponering på arrene de første 12 måneder efter operationen.

Resultatet

Husk at det tager lang tid før det endelige resultat er opnået. Huden og hævelsen skal falde på plads, så du må have lidt tålmodighed.

Pande-/tindinge-/brynløftet "stopper ikke uret", men sætter tiden tilbage. Dit ansigt vil fortsætte med at ældes, afhængig af arv og miljø. Effekten af Et løft er altså langvarig, og du vil fortsætte med at se yngre og bedre ud.

ER DER NOGEN RISIKO FORBUNDET MED OPERATIONEN?

Når en kvalificeret plastikkirurg udfører et pande – tindinge og øjenbrynsløft, er komplikationerne sjældne og få. Der kan være store variationer i den enkelte persons almene tilstand, anatomi og evne til at hele, og resultatet er aldrig 100 % forudsigeligt. Mulige bivirkninger og komplikationer:

- Hæmatom (blodansamling sker hos 3 - 4%) under huden, som eventuelt skal fjernes af kirurgen.
- Skade på de nerver, som kontrollerer ansigtsmusklerne (sædvanligvis midlertidige).

- Infektion, sker hos under 1%.
- Reaktioner på bedøvelsen.
- Nedsat følesans. Kan være permanent eller midlertidig.
- Ar som er mindre pæne. Dårlig heling af huden rammer oftest rygere. Dette kan mindskes ved at holde op med at ryge min. 6 uger før og 4 uger efter operationen.
- Der er risiko for forbigående eller permanent hårtab omkring arrene

VEDR. BLODPROPPER

Hos AK Nygart sætter vi sikkerheden i højsædet. Der er visse ting der øger risikoen for blodpropper i særligt benene og lungerne i forbindelse med kirurgi. Derfor anbefales nogle kunder forebyggelse med et stof, der hedder Fragmin, Klexane eller Innohep.

Skal du have Fragmin, Klexane eller Innohep vil det blive givet, som en indsprøjtning i låret eller maveskindet af en sygeplejerske i opvågningen.

I yderst sjældne tilfælde (særlige risiko-patienter) vil du få recept på blodfortyndende medicin tilsendt elektronisk.

Den første dosis gives på operationsdagen, hvor en sygeplejerske i opvågningen viser dig, hvordan det gøres.

ER DER BETÆNKNINGSTID FØR EN OPERATION?

Efter forundersøgelsen kan du booke en tid til operation med det samme. Tiden skal blot ligge mindst 7 dage fremme i tiden. Book aftalen hos os, inden du går – eller ring, når du er klar. Det er helt op til dig.

Din forundersøgelse er gyldig i et halvt år.

Har du yderligere spørgsmål til operationen er du velkommen til at kontakte klinikken på tlf. 70 27 57 57.

Vi beder altid om dit samtykke, inden vi sender information om dit forløb hos AK Nygart til din egen læge.

På vores hjemmeside ligger alle kosmetiske synsrapporter foretaget af Sundhedsstyrelsen.

ANDET

Ved eventuelt afbud skal kommende konsultationer og kontroller afmeldes senest 24 timer inden den aftalte tid. Ved udeblivelse uden afbud faktureres kr. 600,- i gebyr.

Vi fremsender kun information vedrørende dit forløb hos AK Nygart til egen læge, efter vi har fået samtykke fra vores patienter.

På vores hjemmeside ligger alle kosmetiske synsrapporter foretaget af Sundhedsstyrelsen.

Rapporterne findes ligeledes på Sundhedsstyrelsens egen hjemmeside.

SPØRGSMÅL TIL ALT OMKRING MIN OPERATION

Du er altid velkommen til at rette henvendelse til klinikken, hvis du har spørgsmål vedrørende operationen, udfyldning af låneansøgning, forløbet hos AK Nygart etc. Du kan enten skrive til info@nygart.dk eller ringe på tlf. 70 27 57 57.