

PATIENTINFORMATION OM ARMPLASTIK

HVEM KAN FÅ FORETAGET OPSTRAMNING AF ARME?

Sædvanligvis drejer det sig om midaldrende til ældre mænd/kvinder, selv om løsthængende hud på arme også kan ses hos yngre typisk efter større vægttab.

HVAD SKAL DU HAVE LAVET?

Før operationen skal du til en forundersøgelse hos vores plastikkirurg. Kirurgen vil undersøge og måle dine arme. Ud fra dine forventninger og kirurgens anbefalinger planlægger I sammen præcis din operation. Før operationen er det vigtigt, at du er informeret om arrets placering. Det placeres på indersiden af overarmen og strække sig ned over eller under albueleddet, afhængig af den løse huds udstrækning.

Du er velkommen til at tage en ven, et familiemedlem eller kæresten med til forundersøgelsen, hvor den mundtlige information bliver givet. Vi anbefaler dog at du lader børnene blive hjemme. Vi har ofte oplevet at koncentrationen hos patienten svækkes, når børnene er med.

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.

Efter informationen er givet, både skriftligt og mundtligt, skal der mindst gå 7 dage, før behandlingen kan finde sted, ifølge bekendtgørelsen fra Sundhedsstyrelsen.

ER DER RISIKO FORBUNDET MED OPERATIONEN?

Når en kvalificeret plastikkirurg udfører en armplastik, er komplikationerne sjældne og få. Der er dog altid en risiko forbundet med enhver form for kirurgi. Mulige komplikationer er:

- Reaktionen på bedøvelsen
- Infektion, hyppighed under 1%, behandles sædvanligvis med antibiotika.
- Følelsesløshed, som sædvanligvis er forbigående.
- Hæmatom er en ansamling af blod under huden, som eventuelt skal fjernes af kirurgen, hyppighed 3-4%.
- Sår dannelse og dårlig blodcirkulation i huden ved arret.
- Serom, serøst væskeophobning
- Hævelse
- Blødning
- Trådene kan gå op og dermed åbne operationssåret
- Nekrose, vævsdød
- Keloid, brede og tykke ar

VEDR. ARMPLASTIK OG 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.

HVORDAN SKAL DU BEDØVES?

En armplastik operation foregår i fuld bedøvelse, hvilket vil sige, at du sover under hele indgrebet. Det betyder også, at du skal faste 6 timer før operationen og altså ikke spise, drikke, ryge eller tygge tyggegummi. Du vil vågne umiddelbart efter operationen og kan tage hjem efter ca. 2-3 timer.

HVORDAN FORBEREDER JEG MIG 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**, **hvidløgpulver/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](#).

HVORDAN FOREGÅR OPERATIONEN?

Man kan starte med at foretage en lille fedtsugning under den hud, der skal fjernes. Det løsner huden og gør operationen nemmere. Herefter afskæres den løse hud og defekten sys sammen. Der anlægges en komprimerende bandage fra hånd til armhule.

HVORDAN HAR DU DET EFTER OPERATIONEN?

Der kan forekomme smerter umiddelbart efter operationen. Dette vil du kunne afhjælpe ved at tage tablet Paracetamol efter angivelse. I nogle tilfælde vil du have behov for stærkere smertestillende piller, som du får udleveret på klinikken.

De første 2 dage må du ikke tage bad, derefter kan du gå i bad, når du har lyst. Du bør holde dig selv og dine arme i ro i 3-5 uger samtidig med anvendelsen af støttebandage. Du bør vente med hårdt arbejde og med at dyrke sport til efter ca. 3-5 uger. Start derefter langsomt op igen. Det er i orden, at du gå en tur, når du føler lyst til det. Undgå svømning, dampbade og sauna i ca. 3-6 uger.

HVORNÅR SKAL DU MØDE I 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 du tillader kroppen at bruge al energi på at hele. Du vil formodentlig fokusere meget på dine ar. I sjældne tilfælde kan sår og eventuelle blå mærker vare i op til 3 uger. Du bør undgå sol direkte på såret i 6 måneder. De fleste patienter kan påbegynde arbejdet 1 eller maksimalt 2 uger efter operationen.

Effekten af en arplastik er langvarig.

ER DER BETÆNKNINGSTID?

Ifølge Sundhedsstyrelses regler på det kosmetiske område, skal du informeres skriftligt før du kan modtage den mundtlige information. Det er derfor en god idé, at du i ro og mag derhjemme læser informationen igennem og husker at notere eventuelle spørgsmål undervejs. Således er du godt forberedt, når du kommer til din konsultation.

Hvis du efter konsultationen er afklaret og fået svar på alle dine spørgsmål, er det muligt at bestille tid til operationen. Ifølge Sundhedsstyrelsens lov om betænkningstid, kan du først afgive skriftligt samtykke til operationen 7 dage efter konsultationen. Det skriftlige samtykke gives på operationsaftalen, som du vil få udleveret.

Din forundersøgelse er gyldig i et halvt år.

Du er selvfølgelig velkommen til at medbringe en ledsager (bisidder) til konsultationen.

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@aknygart.dk eller ringe på tlf. 70 27 57 57.