

PATIENTINFORMATION OM BRYSTREDUKTION FOR MÆND

HVAD ER GYNÆKOMASTI?

Gynækomasti betyder mandlig brystudvikling. Der findes to former. En, hvor brystet primært består af fedtvæv. Og en anden, hvor der er dannet en regulær brystkirtel. Ofte er udviklingen af gynækomasti en kombination af både brystvæv og omkringliggende fedt. De fleste mænd, der lider af gynækomasti, føler sig meget generet både kosmetisk, og fordi nogle oplever fysiske gener som ømhed i brysterne. Det er derfor ganske naturligt at ønske en operation, der kan afhjælpe problemet. Er brystvorten forstørret, kan denne også mindskes ved samme operation.

HVEM KAN FÅ EN OPERATION FOR GYNÆKOMASTI?

Alle mænd ved godt helbred, der er rimeligt normalvægtige eller let overvægtige, er egnede kandidater til en brystreduktion. Din BMI skal ligge på under 30.

HVAD SKAL DU HAVE LAVET?

Før operationen skal du til en forundersøgelse hos vores plastikkirurg. Kirurgen vil undersøge brystudviklingen og prøve at vurdere, om den består af fedtvæv, kirtelvæv eller en kombination af begge. Nogle gange kan det være nødvendigt at supplere undersøgelsen med en ultralyds undersøgelse for at vurdere mængden af fedt- og kirtelvæv. Består gynækomastien af rent fedtvæv, kan man nøjes med at foretage en regulær fedtsugning af området. Består gynækomastien kun af brystkirtelvæv, er det nødvendigt at skære op langs brystvortens nedre kant, så arret ligger i kanten og bliver skjult. Her kan man så gå ind og fjerne brystkirtlen. Er der tale om en kombination, er det ofte nødvendigt at skære brystkirtlen ud samt at foretage fedtsugning af det omgivne fedtvæv.

Du er velkommen til at tage en ven, et familiemedlem eller kæresten med til forundersøgelsen, hvor den mundtlige information bliver givet.

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.

Til forundersøgelserne hos plastikkirurg anbefaler vi, at du lader børnene blive hjemme. Vi har ofte oplevet at koncentrationen hos patienten svækkes, når børnene er med. 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.

ER DER NOGEN RISIKO FORBUNDET MED OPERATIONEN?

Når en kvalificeret plastikkirurg udfører operationen, er komplikationerne få. Der er dog altid en risiko forbundet med enhver form for kirurgi, mulige komplikationer og bivirkninger er:

- Brystvorterne kan blive mere eller mindre følsomme og i sjældne tilfælde følelsesløse. Risikoen er op til 1,0 %.
- Infektion, hyppighed under 1%, behandles sædvanligvis med antibiotika.

- Hæmatom - i sjældne tilfælde (under 1%) kan der efter operationen opstå en blødning. Dette kan kræve at kirurgen stopper den, ved ny operation.
- Hævelser. Forsvinder efter nogle uger.
- Blå mærker - forsvinder indenfor 3-5 uger.
- Indtrækninger, hvor man efter det fjernede brystkirtelvæv oplever, at huden og brystvorten ligger lidt tættere mod brystmusklen end det omgivne væv, hvor der stadig er lidt fedt. Det er dog sjældent, og ofte jævner indtrækningen sig ud igen.
- Ved al åben kirurgi får man synlige ar, men ofte er arret meget diskret, da det ligger i kanten af det brune område omkring brystvorten.
- En meget sjælden komplikation er, at noget af brystvorten "dør", da blodforsyningen ved operationen kan afskæres.
- Efter fedtsugning kan huden blive ujævn og løs.

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.

HVORDAN SKAL DU BEDØVES?

Operationen foregår enten i fuld bedøvelse eller lokalbedøvelse. Skal du i fuld bedøvelse skal du være fastende til operationen. Det betyder, at det er tilladt at drikke små mængder vand (og kun vand) indtil 2 timer før operationen, men du må ikke spise indenfor de sidste 6 timer før operationen.

HVORDAN SKAL 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.](#)

HVORDAN FOREGÅR OPERATIONEN?

Umiddelbart før operationen vil kirurgen tegne på det brystområde, der eventuelt skal fedtsuges. Her markerer han, hvor snittet skal lægges, så han præcist ved, hvor der skal skæres, når du ligger ned. Der vil blive taget fotos, og du vil eventuelt tale med narkoselægen, hvis du skal i fuld bedøvelse. Herefter foretages den nødvendige operation. I tilfælde hvor det er nødvendigt at skære en kirtel ud, vil der nogle gange være tråde, der skal fjernes senere. Ellers bruges selvpopløsende tråde. I sjældne tilfælde kan der blive lagt et dræn i forbindelse med operationen. Operationen varer 1-2 timer.

Du får udleveret kontroltid på operationsdagen og det er vigtigt, at du følger de anbefalinger opvåkningssygeplejersken har givet dig. Her får du også information ang hvornår du kan tage bad og hvilken type forbindelse du har fået på og hvornår denne skal skiftes.

HVORDAN HAR DU DET EFTER OPERATIONEN?

Der kan forekomme smerter umiddelbart efter operationen. Disse er nu ofte af lettere karakter, og du kan afhjælpe dem ved at tage Paracetamol. Du vil også få udleveret nødvendig smertestillende medicin på klinikken. Skulle såret småsive med lidt blødning, kan det afhjælpes ved at trykke et rent klæde mod huden i ca. 20 minutter, eller indtil blødningen er stoppet. Der vil ofte komme lidt misfarvninger i huden og måske senere lidt sivning fra sårene. Læg blot lidt gaze på og skift det efter behov.

Du bør vente med hårdt arbejde og med at dyrke krævende sport og vægttræning af brystmuskulaturen i mindst 3-4 uger.

HVORNÅR SKAL DU MØDE PÅ KLINIKKEN TIL KONTROL?

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

Vi anbefaler vi, at du lader dine børn blive hjemme til de efterfølgende kontroller. Det er vigtigt, at du kan koncentrere dig om den vigtige information, der bliver givet, og vores erfaring fra efterkontroller viser, at børnene synes, at det er meget voldsomt at se mor eller far få skiftet forbindelse.

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

Det endelige resultat kan først ses efter ca. 3 måneder. En fuldstændig opheling af ar kan tage op til 1 – 1½ år. De fleste patienter er tilbage på arbejdet efter 1-2 uger. Næsten alle mænd, der har fået lavet en brystreduktion, bliver meget glade for deres operation og føler en større frihed, fordi de igen ubesværet kan have stramme t-shirts på, gå på stranden og i det hele taget ikke længere behøver at føle ubehag ved at have bryster.

Efter operationen vil du fortsætte med at ældes, afhængig af arv og miljø. Man kan om nødvendigt gentage operationen flere gange. Effekten af brystreduktion 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.