

PATIENTINFORMATION OM MAVEPLASTIK

HVEM KAN FÅ EN MAVESKINDSOPERATION?

Alle kvinder og mænd ved godt helbred kan få foretaget en maveskindsoperation. Typisk vil ønsket om en maveskindsoperation komme efter et vægttab, eventuelt i forbindelse med en graviditet, som har resulteret i at huden er blevet løs. Løs hud kan ikke trænes væk. Næsten enhver mave kan med succes opereres, forudsat at man er rimeligt normalvægtig. Har du som kvinde endnu ikke fået de børn, du ønsker, kan operationen alligevel udføres med succes, men du skal så forberede dig på, at maven igen vil ændre form, som den næsten altid gør efter en graviditet.

HVAD SKAL DU HAVE FORETAGET?

Før operationen skal du til en forundersøgelse hos vores plastikkirurg. Kirurgen vil tilse din mave og undersøge om fx graviditet har forårsaget slap bugvæg. Hos nogen kan en "lille nedre maveskindsoperation" være tilstrækkeligt frem for en stor maveskindsoperation for at opnå det ønskede resultat. Ud fra dine forventninger og kirurgens anbefalinger planlægger I sammen operationen, der vil passe til dine forventninger, muligheder og behov.

Overordnet set kan der være behov for en lille (også kaldet nedre) eller en stor maveplastik. Hos nogle skal indgrebet kombineres med en fedtsugning, hvis man stadig har meget fedt på maven. Hos andre vil man anbefale yderligere vægttab før operationen planlægges.

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.

LILLE ELLER STOR MAVEPLASTIK?

Fælles for en lille (også kaldet nedre) og en stor maveplastik er arret nedadtil på maven, som vanligvis strækker sig fra hoftekam til hoftekam. Så vidt muligt lægger man arret så lavt, at det efterfølgende kan dækkes af bukse-/trussekanten. Forskellen på en lille/nedre og en stor maveplastik er om navlen frigøres eller ej. Har man kun generende løs hud fra navlen og ned, kan man nøjes med at løsne og opstramme dette område. Derfor får man ikke et ar omkring navlen. Det er en noget mindre sårflade der skabes ved denne operation end ved den store maveplastik, hvorfor man som regel ikke får dræn. Desuden kommer man efter den lille/nedre maveplastik hjem samme dag og man er hurtigere ovenpå igen. Har man også løshed af huden ovenfor navlen, må man løsne hele maveskindet for at få det strammet op. Derfor får man ved denne operation et ar omkring navlen også. Det giver også muligheden for at stramme op i mavemusklerne, hos dem hvor det er nødvendigt. Ved den store maveplastik får man dræn, er indlagt i klinikken natten over og det efterfølgende helingsforløb er mere langvarigt.

ER DER RISIKO FORBUNDET MED OPERATIONEN?

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

- Reaktioner på bedøvelsen

- Infektion, hyppighed under 1%, behandles sædvanligvis med antibiotika.
- Det er helt almindeligt, at der opstår føleforstyrrelse af operationsområdet efter operationen. Oftest er der tale om nedsat følelse, men enkelte oplever også mere følelse, hvilket kan være ubehageligt. Føleforstyrrelser er oftest forbigående og aftager i løbet af nogle måneder. Der er dog risiko for at man kan miste følelsen permanent. Der findes ikke tal for denne risiko, men det er sjældent.
- Blødning og deraf hæmatom, der er en blodansamling under huden, som eventuelt skal fjernes af kirurgen, hyppighed 3-4%. Risikoen for dette er større ved den store maveplastik og er en af grundene til at man får dræn og er indlagt natten over.
- Sårdannelse og dårlig blodcirkulation i huden ved arret.
- Serom 1 %. En væskeophobning, der i nogle tilfælde udtømmes med en nål.
- Hævelse
- Trådene kan gå op og dermed åbne operationssåret. Det vil ofte være nødvendigt at lukke operationssåret igen eller der kan være behov for længerevarende sårbehandling.
- Nekrose, vævsdød af navlen/ hud.
- Keloid, brede og tykke ar
- Smerter: For langt de flestes vedkommende er dette indgreb forbundet med ganske moderate smerter. Det er vigtigt at du tager din smertestillende medicin. Smerterne aftager oftest ganske hurtigt.
- Blå mærker - kan vare i flere uger. Forsvinder helt igen.

På grund af det store træk, der vil blive i arret efter en maveskindsoperation, kan man risikere, at arret bliver bredt efter nogen tid. Dette kan opereres om igen i lokalbedøvelse efter ca. ½ år. Dårlig opheling rammer oftest rygere. Du kan mindske risikoen ved at holde op med at ryge 6 uger før og 4 uger efter operationen.

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?

En maveskindsoperation foregår i fuld bedøvelse. Fuld bedøvelse indebærer, at du skal faste fra midnat op til operationen. Du modtager en e-mail dagene op til operationen med fasteregler og mødetid, som udgangspunkt skal du faste fra midnat dagen op til operationen. Læs mere om fuld bedøvelse [her](#).

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 din mave, så han præcis ved, hvor han skal lægge incisionen (dér, hvor man skærer). Derefter vil narkoselægen bedøve dig, og operationen vil gå i gang. Den overskydende hud skæres væk. Og væv og hud syes sammen. Der vil efter operationen samle sig en del væske og blod i det opererede område, og det er derfor nødvendigt at lægge dræn ud gennem huden. Hvornår drænene skal fjernes vurderes af kirurgen de efterfølgende dage efter operationen. Operationen tager ca. 2-3 timer. Der lægges en sugende forbindelse på såret. Ved nedre maveplastik tager man typisk hjem efter ca. 2 timer i opvågningen, mens man efter en stor maveplastik er indlagt på klinikken natten over.

HVORDAN HAR DU DET EFTER OPERATIONEN?

Der kan forekomme smerter umiddelbart efter operationen, som du vil kunne afhjælpe ved at tage tablet Paracetamol og Ibuprofen. Du får udleveret medicin på klinikken og skema på hvor meget og hvornår du

skal tage medicinen. I nogle tilfælde kan der være behov for stærkere smertestillende, som du også får udleveret inden du udskrives fra klinikken.

Du skal gå foroverbøjet i den første uge efter operationen. Du må ikke sove på maven i de første 14 dage efter operationen. Du skal have dit hoftelid bøjet, når du ligger ned og sover for at undgå, at der kommer for meget spænd i trådene, så de går op. Der kan forekomme en let sivning fra såret de første dage.

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

Du får et mavebælte på efter operationen, som du skal have på i uger efter. Kirurgen og sygeplejersken vil informere dig om hvordan det skal sidde og i hvor lang tid.

HVORNÅR SKAL DU MØDE PÅ KLINIKKEN TIL KONTROL?

Du vil på operationsdagen blive oplyst af opvågnings sygeplejersken 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 forbinding.

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 hel op. I begyndelsen vil maven være lidt hård og måske en anelse væskefyldt. Dette vil aftage med tiden. Du kan forvente, at din mave vil være smertefri efter ca. 3 uger, mens fastheden kan tage måneder om at forsvinde. Du vil formodentlig fokusere meget på dit ar. En gang imellem kan sår og eventuelle blå mærker vare i op til 3 uger. Du bør undgå sol direkte på såret i 6 måneder. Det er ikke unormalt, hvis nogle patienter er lidt deprimerede den første tid. Efter ca. 3 uger vil du se og føle dig bedre tilpas. Hvis du i forvejen har gjort dig klart, at resultatet ikke fremtræder umiddelbart efter operationen, vil du hurtigere blive glad for din maveskindsoperation. De fleste patienter kan påbegynde arbejde efter 1-2 uger efter operationen. Har du et hårdt fysisk arbejde, bør du vente ca 3 uger. Generelt kommer man sig hurtigere efter en lille/nedre maveskindsoperation end efter en stor.

En maveskindsoperation "stopper ikke tiden", men sætter uret tilbage. Din krop vil fortsætte med at ældes, afhængig af arv og miljø. Men effekten af en maveskindsoperation er langvarig, og du vil fortsat have et fastere og pænere maveskind, end hvis du ikke havde fået foretaget opstramningen.

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.