

## PATIENTINFORMATION OM BRYSTREDUKTION

### HVORFOR BRYSTREDUKTION?

Store tunge bryster kan forårsage smerter i nakke, skuldre og ryg og for nogle kan de hæmme de fysiske aktivitetsmuligheder. Det er svært at dyrke sport, når brysterne sidder i vejen og det er vanskeligt (og kostbart) at finde en BH der støtter optimalt. Mange kvinder fortæller også, at det er svært at finde smart og klædeligt tøj. Den store barm får let kroppen til at se uformelig ud, selv på normalvægtige kvinder. Endelig kan fugt og hudløshed under brystet skabe irritation og medføre lugtgener.

### HVEM KAN FÅ EN BRYSTREDUKTION?

Alle raske kvinder, der er rimelige normalvægtige. 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. For at nedsætte risikoen for komplikationer er det vigtigt, at du ikke er meget overvægtig. Hos os, må dit BMI højst være 30.

Operationen tilbydes også i offentligt regi. Hvis du er interesseret i dette skal du opfylde visse krav: være normalvægtig med BMI under 25, være fysisk betydelig generet af de tunge bryster og kirurgen skal kunne reducere brystet med ca. 500 gram pr. side afhængig af din bygning. Hvis du opfylder disse krav, kan du bede din praktiserende læge om en henvisning til en plastikkirurgisk afdeling.

### HVORDAN FOREGÅR KONSULTATIONEN?

Ved forundersøgelsen vil du altid møde plastikkirurgen, der vil lytte til, hvilket ønske du har for brystets størrelse og form efter operationen. Han vil vurdere om dit ønske er realistisk, og om han tror, han kan opnå det resultat, du ønsker. Dit bryst vil blive undersøgt og opmålt omhyggeligt, og alle spørgsmål du har angående operationen og efterforløbet, vil blive besvaret. Det kan være en god idé, at nedskrive eventuelle spørgsmål og medbringe disse til forundersøgelsen. Vi anbefaler, at du tager dig tid til at læse denne patientinformation grundigt igennem derhjemme. Efter forundersøgelsen hos plastikkirurgen, vil du tale med patientkoordinatoren, som er specialuddannet sygeplejerske. Hun vil hjælpe dig med den mere praktiske del af forløbet.

Hvis du efter konsultationen føler dig klar til at booke operationstid er dette selvfølgelig muligt. 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.

Inden du kommer ind og taler med kirurgen ved forundersøgelsen, ser vi gerne, at du har udskrevet og udfyldt vores "Helbredserklæring". Den vil danne udgangspunkt for konsultationen. Har du ikke mulighed for dette, får du den udleveret af sekretæren, når du kommer til konsultationen.

### ER DER NOGEN RISIKO FORBUNDET MED OPERATIONEN?

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

- Brystvorterne kan blive mere eller mindre følsomme og i sjældne tilfælde følelsesløse. Risikoen er op til 1,0 %.

- 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.
- Breddeforøgede 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%).

Er du i tvivl om du er forbundet med en af ovenstående risici, er du velkommen til at kontakte din kirurg eller klinikken.

## VEDR. BRYSTREDUKTION OG BLODPROPPER

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

Du skal have dette hvis du opfylder én af følgende:

- Du tager p-piller
- Har BMI over 25
- Har alder over 40 år
- Operationen har længere varighed end 45 minutter
- Har medfødt øget risiko for blodpropper (Faktor V Leiden mutation)

Skal du have Fragmin, Klexane eller Innohep vil det stå i dit indkaldelsesbrev, at vi har sørget for en recept til dig og du skal selv hente medicinen på apoteket. Fragmin/Klexane/Innohep gives som en indsprøjtning i låret eller maveskindet én gang om dagen i 5 dage efter operationen. Den første dosis gives på operationsdagen, hvor en sygeplejerske i opvågningen viser hvordan det gøres.

## HVORDAN SKAL DU BEDØVES?

Brystreduktion foregår i fuld bedøvelse, hvilket vil sige, at du sover under hele indgrebet. Du skal faste 6 timer før operationen. De vil vågne umiddelbart efter operationen og kan 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.

Angst for narkose er et velkendt fænomen, men vores dygtige læger og sygeplejersker vil gøre alt for, at få dig til at føle dig tryk under hele operationsforløbet. Med baggrund i dine oplysninger kan vores erfarne narkoselæge vurdere om operationen og narkosen udgør nogen risiko for dig. Læs mere om narkosen/bedøvelse [her](#).

## HVORDAN FORBEREDER DU DIG TIL OPERATIONEN?

Inden operationen skal du:

- Ophøre med at spise smertestillende lægemidler som Magnyl, Aspirin, Ibuprofen, Ipren og lignende, samt andre lægemidler og naturlægemidler, som virker blodfortyndende fx Q10, fiskeolier og E-vitaminer. Dette bør du ophøre med 4 uger før og efter operationen.
- Derudover skal du indkøbe Panodil a 500 mg til 1 uges forbrug.
- Aftale med en pårørende, at du bliver hentet 2 timer efter operationen og passet de næste 24 timer. Hvis du er indlagt til dagen efter operationen, vil sygeplejersken vurdere hvornår du er klar til udskrivelse.
- Det er en god ide at handle ind og lave mad til 1 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: Du har lav risiko for at blive syg på grund af alkohol i forbindelse med en operation, hvis du drikker mindre end 7 genstande/uge som kvinde og mindre end 14 genstande/uge som mand. Hvis du drikker mere end 4 genstande om dagen, kan du mindske risikoen for komplikationer (infektioner, dårlig sårheling, lungeproblemer), hvis du stopper helt med at drikke alkohol 4 uger før din operation. [Læs mere her](#).

Dansk Brystkirurgisk Selskab anbefaler, at patienter over 35 år, der ønsker nye bryster, får foretaget mammografi/ultralydsscanning før operation.

## HVORDAN FOREGÅR OPERATIONEN?

Operationen foregår i fuld bedøvelse og tager typisk mellem 2-3 timer.

Umiddelbart før operationen vil kirurgen optegne på brystet, så han præcis ved, hvor der skal skæres. Derefter vil narkoselægen tale med dig og operationen starte, når du er helt bedøvet.

Operationen foregår ved, at brystkirtelvæv og evt. fedtvæv fjernes fra brystet i den mængde, der vurderes vil være passende for at opnå det ønskede resultat. Plastikkirurgen vil gøre alt for at sy arrene efter de metoder, der giver de smukkeste ar. Rutinemæssigt vil vævet der fjernes, blive sendt til undersøgelse for eventuel sygdom.

Efter operationen hjælper vi dig over i din seng og kører dig til opvågningen, hvor du er under konstant overvågning af en sygeplejerske, indtil du er helt vågen og klar efter narkosen.

## HVORDAN HAR DU DET EFTER OPERATIONEN?

Du vil formentlig blive overrasket over, at du ikke har specielt ondt efter denne operation. Der kan dog forekomme smerter efter operationen. Dette vil du kunne afhjælpe ved at tage tablet Panodil 500 mg 2 stk.

3 gange dagligt. Du vil efter operationen blive vejledt i brug af smertestillende medicin, og rådgivet omkring brugen af den støttende BH.

Skulle der småsive 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 ligge lidt gaze og skifte dette efter behov. Efter ca. 2 uger fjernes eventuelle tråde.

Du bør vente med hårdt arbejde og med at dyrke sport i ca. 4 uger.

Er du på noget tidspunkt utryk eller har spørgsmål, er du naturligvis velkommen til at kontakte klinikken.

## **HVORDAN MED FREMTIDIGE BRYSTUNDERSØGELSER?**

Hvis der er symptomer på forandringer i brystet, gennemføres der altid en såkaldt klinisk mammografi, som omfatter flere røntgenbilleder (mammografi) suppleret med en ultralydsundersøgelse samt celle- og vævsprøver.

Vi anbefaler, at patienter over 35 år, der ønsker silikonebryster, får foretaget mammografi/ultralydsscanning før operation.

## **HVORNÅR SKAL DU MØDE PÅ KLINIKKEN TIL KONTROL?**

Du tilbydes kontrol hos sygeplejersken efter ca. 1 - 2 uger og afsluttende kontrol hos plastikkirurgen efter 6 måneder, hvor der også vil blive taget efter-billeder. Du er velkommen til at få alle dine billeder tilsendt.

Det endelige resultat kan først ses efter ca. 3 måneder og med hensyn til arrene kan der gå op til 1 – 1½ år. Arrene kan ofte være røde og hårde i op til et år, og du bør undgå sol direkte på arret i denne periode.

De fleste kvinder bliver meget glade for deres brystreduktion, fordi de oplever mindre tyngdefornemmelse og større bevægelsesfrihed, også ved sportsudøvelse. Ved den afsluttende kontrol gennemgås hele forløbet hos os og vi håber, at resultat står mål med dine ønsker og forventninger. Skulle resultatet ikke leve op til det dig og kirurgens forventninger, kan der komme en reoperation på tale.

## **ER DER BETÆNKNINGSTID FØR EN OPERATION?**

Ifølge Sundhedsstyrelsen skal der gå mindst 7 dage efter, du har fået den skriftlige og mundtlige information, inden behandlingen kan finde sted. Det giver dig tid til at gå hjem og tænke over indgrebet, snakke med familie og venner og eventuelt fortryde – før vi opererer.

Din forundersøgelse er gyldig i et halvt år.

## **OBLIGATORISK PATIENTFORSIKRING**

Regeringen har besluttet, at alle privathospitaler skal indbetale til en privat patientforsikring. Derfor skal du betale et obligatorisk tillæg til din operation på 1.300 kr.

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 [mail@nygart.dk](mailto:mail@nygart.dk) eller ringe på tlf. 70 27 57 57.