

Behandling af løst maveskind – Abdominalplastik

- Amalieklinikken i København og Aarhus

Der kan være forskellige årsager til at man ønsker behandling af løst maveskind. Oftest skyldes problemet følger efter graviditeter eller større vægttab, men med alderen oplever mange, at nedsat elasticitet i huden i sig selv kan føre til løst maveskind. Generne er primært kosmetiske, men hudoverhænget kan blive så stort, at det medfører problemer med fugt og eventuelt hudsvamp. Ved en abdominalplastik opstrammes huden både svarende til den øvre del af maven over navlen og den nedre under navlen. En abdominalplastik foregår i fuld bedøvelse, og du er indlagt til dagen efter.

Især efter graviditeter kan bugvæggens muskulatur blive påvirket og overstrakt, og dette kan medføre et behov for at muskulaturen strammes op, en såkaldt bugvægsplastik, som kan genskabe en flad mave og pæn talje. Man bør ikke være væsentligt overvægtig, når man skal have foretaget en abdominalplastik. I praksis betyder dette, at BMI ikke må være over 30 (du kan beregne dit BMI ud fra højde og vægt. $BMI = \text{vægt}/\text{højde} \times \text{højde}$). Er man lidt overvægtig, kan behandling af løst maveskind eventuelt kombineres med en fedtsugning.

Hvis hudoverskuddet alene er lokaliseret til den nederste del af maven under navlen, kan en miniabdominalplastik, hvor navlen ikke flyttes, være en god løsning. Denne operation kan også kombineres med en fedtsugning. En miniabdominalplastik kan eventuelt foregå ambulantly og i lokalbedøvelse, men kan naturligvis også foregå i fuld bedøvelse med indlæggelse.

Forundersøgelse

Det er en god ide, at du har læst informationerne her på hjemmesiden inden forundersøgelsen, og at du skriver de spørgsmål, der opstår, mens du læser, ned og medbringer disse ved forundersøgelsen.

Vi anbefaler, at du kommer til forundersøgelsen sammen med en pårørende eller en ven, således at I bagefter kan tale om informationen, du fik i forbindelse med forundersøgelsen.

Når du kommer til forundersøgelsen, vil vi bede dig medbringe det oplysningsskema om dit helbred, som er vedlagt informationsmaterialet du modtager fra os når du bestiller tid. Hvis du ikke har nået at modtage informationsmaterialet før forundersøgelsen, kan du printe skemaet her fra hjemmesiden.

Ved forundersøgelsen taler du med plastikkirurgen om dine ønsker, og du vil blive undersøgt, for at det kan afgøres, hvilken behandling, der vil kunne tilbydes. Du vil derefter få en grundig information om operationen og efterforløbet.

Resultatet efter kosmetisk kirurgi er ikke blivende, idet de almindelige aldringsprocesser, rygning, graviditeter, vægttab og vægttigninger vil kunne påvirke resultatet på længere sigt.

Efter forundersøgelsen er der en betænkningstid på mindst 1 uge før endelig aftale om operation kan foretages.

Operationen

Før operationen

Det er vigtigt at du er godt forberedt til operationen. Din vægt skal være så tæt på et normalt BMI på 25 som muligt.

Rygning er den væsentligste årsag til komplikationer som infektion og vævsdød, og du skal derfor stoppe rygning mindst 4 uger før operationen og må tidligst begynde igen 4 uger efter operationen.

Forskellige slags medicin kan påvirke operationen og især være årsag til blødningsproblemer. Du vil derfor i forbindelse med forundersøgelsen tale med speciallægen om, hvordan du skal forholde dig med det medicin du eventuelt tager. Se mere om dette under ” **Anæstesi (fuld bedøvelse) i Amalieklinikken** ” under punktet ”**Medicin**”.

Operation for løst maveskind

Da du skal opereres i fuld bedøvelse, skal du møde fastende på klinikken. Det betyder, at du 6 timer før planlagt operation skal ophøre med at spise og drikke. Dog må du fortsætte med at drikke vand eller gerne sukkerholdige ”gennemsigtige væsker”; f.eks. saft eller æblejuice, indtil 2 timer før operationstidspunktet. De sidste 2 timer før operationen må du intet indtage.

Du må ikke drikke alkohol efter kl. 20 aftenen før operationsdagen.

Når du ankommer til Amalieklinikken, vil din sygeplejerske vise dig tilrette på din sengestue, og du vil få udleveret operationstøj. Derefter bliver du tilset af vores anæstesilæge, som forklarer dig om bedøvelsen og giver dig medicin som forberedelse til operationen. Du kommer også til at tale med din plastikkirurg, som sikrer sig, at du ikke har yderligere spørgsmål, hvorefter den nødvendige optegning på huden foretages. Endelig er du parat til at komme på operationsstuen, hvor operations- og anæstesisygeplejerske venter dig.

Abdominalplastik

Denne operation tager fra 1 ½ til 2 ½ time afhængigt af om der skal foretages bugvægsplastik eller fedtsugning i forbindelse med operationen. Som det fremgår af tegningen, bliver der anlagt et snit over skambenet fra hofte til hofte, hvorefter huden løsnes op til brystbenet, idet navlen skæres fri. Den overskydende hud med underliggende fedt fra navlen og ned til skambenet fjernes. Om nødvendigt foretages bugvægsplastik, hvor de to længdegående muskler samles i midtlinjen. Til sidst trækkes huden sammen og navlen genplaceres. Hud og fedt syes i tre lag og der anbringes to små dræn (plastikslanger) som fjerner overskydende væske fra såret. Du får en stram bandage om maven, som skal hjælpe til at støtte bugvæggen den første måned efter operationen.

Miniabdominalplastik

Denne operation er mindre omfattende end en abdominalplastik og kan foretages i fuld bedøvelse eller i lokal bedøvelse. Operationen varer fra 1 til 1 ½ time afhængigt af om der også foretages fedtsugning. Snittet er placeret over skambenet og huden løsnes op til navlen, hvorefter overskydende hud og fedt fjernes. Hud og underliggende væv syes i tre lag. Du får en stram bandage om maven, som skal hjælpe til at støtte bugvæggen den første måned efter operationen.

Følgenvirkninger til operationen

Operationen vil efterlade et ar, som i starten vil være rødt og kan være hævet. Hos de fleste patienter bliver arret efter en abdominalplastik pænt, men nogle vil udvikle et skæmmende ar (hypertrofisk ar eller keloid). Det kan i sådanne tilfælde være nødvendigt at behandle med binyrebarkhormon et antal gange. Der går normalt et til to år før arret har fået sit endelige udseende.

Ved enhver operation vil der ske en påvirkning af følenerverne. Man vil derfor opleve følelseløshed i et større eller mindre område af huden efter operationen. I månederne efter operationen vil man kunne opleve forskellige føleforstyrrelser som stikken og prikken i arrene, men dette vil efterhånden forsvinde i takt med at den normale følesans gendannes. Der kan blivende være mindre områder med permanent tab af følesans.

Mulige komplikationer til operationen

Hos omkring 1% af patienterne optræder der blødning i timerne efter operationen, som vil nødvendiggøre en operation i fuld bedøvelse, dette er en af årsagerne til at du forbliver indlagt til dagen efter operationen. Omkring 1-5 % vil få en mindre væskeansamling under huden, som det vil være nødvendigt at udtømme med en kanyler, dette kan foregå ambulant og kræver ingen bedøvelse.

Infektion ses meget sjældent, men kan forekomme og vil kræve behandling med antibiotika. Hvis der optræder infektion, ses det typisk efter 1-2 uger, og symptomerne er rødme og hævelse samt tiltagende smerter og feber.

Da huden ved en abdominalplastik løsnes fra den underliggende muskulatur kan der meget sjældent ses vævsdød langs arret. Dette vil ligesom infektion først kunne ses efter nogle uger, og vil give anledning til sårdannelse. I de fleste tilfælde vil et sådant sår kunne hele med sårbehandling, men det kan blive nødvendigt med en mindre operation for at rette på arret til sidst.

Efter operationen

Når operationen er afsluttet, køres du til opvågningsafsnittet, hvor du observeres af vores opvågningssygeplejerske, indtil du er tilstrækkeligt vågen til, at du kan komme tilbage på din sengestue. Under operationen er der anlagt lokalbedøvelse som bevirker, at du har relativt få smerter de første 4-6 timer efter operationen. Efterhånden som effekten af lokalbedøvelsen aftager vil sygeplejerske sørge for, at du får den nødvendige smertestillende medicin, så dine smerter holdes på et minimum.

Du vil allerede under indlæggelsen skulle op og gå, idet dette er vigtigt for at begrænse risikoen for blodpropper i benene.

Dagen efter operationen bliver du udskrevet om morgenen og skal hentes ved 8-tiden.

Du bliver instrueret i at tømme drænene, hvis der er anlagt dræn. Efter 4-5 dage kommer du til den første kontrol, hvor drænene fjernes.

Du får smertestillende medicin med hjem fra klinikken med en anvisning på hvorledes tabletterne skal tages.

Huden er syet med en tråd som forsvinder af sig selv, bortset fra rundt om navlen. Du skal derfor komme til en ny kontrol efter 12-14 dage, hvor disse tråde fjernes.

Den afsluttende kontrol hos plastikkirurg foretages efter 3-6 måneder, denne tid kan aftales ved udskrivelsen eller du kan senere ringe og aftale en tid.

Det er almindeligt at man er sygemeldt fra sit arbejde i 2-4 uger efter operationen, men er der foretaget opstramning af bugvæggen, eller har man et fysisk krævende arbejde kan sygemelding i op til 6 uger være nødvendig.

Hvad må du efter operationen

Generelt skal du lytte til din krops signaler. Hvis noget er ubehageligt eller gør ondt skal man undlade at gøre det. Du kan begynde at gå små ture allerede dagen efter operationen, men motion i form af løb og cykling skal du vente 2-3 uger med. Mere krævende sportsaktivitet kan du først påbegynde efter 6-8 uger.

Det er din egen vurdering hvornår du kan køre bil, men af sikkerhedsmæssige årsager skal du være sikker på at du kan reagere optimalt i enhver situation. Dette betyder at det ikke er tilrådeligt at køre bil så længe du har smerter.

Indtil drænet er fjernet efter 4-5 dage skal mavebandagen beholdes på og du kan derfor ikke gå i bad. Fra 5. Dagen kan du brusebade dagligt, men skal sørge for at mavebandagen genanbringes så den giver et let tryk.

Vi anbefaler at du anvender Micropore plaster på arret i 3 måneder (du får plaster med fra Klinikken), dette menes at give et pænere ar og beskytter samtidigt mod solen. Når du ikke længere anvender plaster på arrene skal du smøre med solcreme faktor 30 eller mere, når arret udsættes for sol.

Anæstesi (fuld bedøvelse) i Amalieklinikken

Bedøvelsen forestås altid af speciallæger i anæstesi med stor erfaring i samarbejde med rutinerede anæstesisygeplejersker. Til selve bedøvelsen har vi valgt at anvende lægemidler med meget få bivirkninger og hurtig opvågning. Ved at kombinere dette med lokalbedøvelse anlagt under operationen har vi opnået, at de fleste patienter oplever bedøvelsen og opvågningen meget positivt.

Sikkerhed er vores allerhøjeste prioritet, og vores anæstesiudstyr samt overvågnings- og sikkerhedsudstyr lever op til de højeste kvalitetskrav. Dette giver en meget høj grad af sikkerhed.

Inden operationsdagen

For at vi kan sikre dig den bedst mulige behandling, vil kirurgen under konsultationen ud fra et checkskema vurdere, om der er behov for ekstra undersøgelser, blodprøver eller konsultation med anæstesilægen inden operationsdagen. Hvis du selv ønsker det, kan du dog altid komme til at tale med eller møde anæstesilægen inden operationsdagen.

Operationsdagen

Du må tage det meste af din sædvanlige lægeordnede medicin. Du skal dog undgå vanddrivende medicin i fasteperioden. Specielt afsnit om medicin nedenfor.

På operationsdagen møder du fastende til operationen. Det betyder, at du 6 timer før planlagt operation skal ophøre med at spise og drikke. Dog må du fortsætte med at drikke vand eller gerne sukkerholdige "gennemsigtige væsker"; f.eks. saft eller æblejuice, indtil 2 timer før operationstidspunktet. De sidste 2 timer må du intet indtage. Se afsnit med udførlige [Fasteregler](#) nedenfor.

Inden operationen vil anæstesilægen komme og informere dig om bedøvelsen og smertebehandlingen samt stille dig nogle supplerende spørgsmål.

Bedøvelsen

Bedøvelsen foregår som hovedregel ved at anæstesimidlet gives ind i blodåren via et drop, som er en tynd, kort plasticslange, som er lagt i blodåren. Under hele operationen vil anæstesilægen eller -sygeplejersken sidde hos dig og kontrollere, at alt er i orden.

Opvågningen

Efter operationen vågner du hurtigt op, men du skal alligevel ligge lidt tid på vores opvågningsstue, hvor vores sygeplejerske vil tage sig af dig og kontrollere, at alt er som det skal være.

For at minimere kvalme skal du umiddelbart efter bedøvelsen være lidt tilbageholdende med at drikke og spise.

Smertebehandling

Smertebehandlingen tilpasses de enkelte indgreb, men består altid af en basisbehandling med tablet Paracetamol (fx. Pinex, Pamol). Denne tages fast 4 gange pr døgn i 8-10 dage.

Derudover anvendes et gigtpreparat i 3 dage. Vi har valgt tablet Ibuprofen som har lavest forekomst af bivirkninger.

Endelig anvendes de første par dage morfinpræparater efter behov.

Fasteregler

Indtil 6 timer før operationen

..må du spise og drikke normalt. Dog skal du ophøre med at drikke alkohol allerede kl 20 aftenen før operationen.

Indtil 2 timer før operationen

.. må du drikke "klare væsker" (dvs gennemsigtige). F.eks. vand, saft, klar juice, te/kaffe **uden** mælk.

Det tilrådes at drikke noget i denne periode, og det er en fordel, hvis drikken er sukkerholdig.

Man må dog højst drikke 1 glas i timen.

OBS: Følgende **må IKKE drikkes**: Mælkeholdige produkter, uklar juice eller smoothies.

De sidste 2 timer før operationen

.. må du intet indtage.

Medicin

Forskellige slags medicin kan påvirke operationen og især være årsag til blødningsproblemer. Du vil derfor i forbindelse med forundersøgelsen tale med speciallægen om, hvordan du skal forholde dig med den medicin du eventuelt tager.

Vigtigt er især:

- Smertestillende medicin indeholdende acetylsalicylsyre (f.eks. Magnyl, Kodimagyl, Treo, Aspirin) vil øge blødningsrisikoen. Skal pauseres en uge før operationen. Tag eventuelt tabl Paracetamol i stedet.
- Gigtmedicin (f.eks. Ibuprofen, Iprex, Burana, Diclon, Voltaren) kan øge blødningsrisikoen. Indtagelsen bør reduceres mest muligt ugen før operation. Anvend eventuelt tabl Paracetamol i stedet.

- Visse typer af naturmedicin, især fiskeolie og D-vitamin, påvirker også risikoen for blødning. Al naturmedicin skal du holde pause med fra en uge før operationen.
- Blodfortyndende medicin, skal der oftest holdes pause med. Aftal nærmere med kirurgen ved konsultationen.
- Vanddrivende medicin skal du holde pause med på operationsdagen. Da vanddrivende medicin kan medføre ændringer i blodets saltbalance (kalium og natrium), er det vigtigt, at du har fået kontrolleret dette inden operationen. Aftal med kirurgen.
- Insulin skal du justere ned under fastetiden, og du skal kontrollere dit blodsukker, således at det ikke bliver for lavt. Kontakt os, hvis du er i tvivl.
- Blodtryksnedsættende medicin, hjertemedicin, lungemedicin, stofskifteregulerende medicin, epilepsimedicin og lignende lægeordineret medicin skal fortsætte frem til operationen med mindre andet aftales med speciallægen.
- Hvis du tager Lithium (fx Litarex, Litiumkarbonat) mod depression, er det vigtigt, at du hos egen læge inden operationen får kontrolleret koncentrationen af lithium i blodet samt blodets saltindhold (Natrium), som kan blive lavt ved lithiumbehandling.

