

Brystreduktion - Amalieklinikken i København og Aarhus

Store og tunge bryster kan give gener både af fysisk karakter på grund af vægten og af psykiske og kosmetiske årsager. Tyngden af brysterne vil som regel medføre, at brystvorterne kommer til at pege nedad. Ønsket om brystreduktion skyldes derfor ofte både ønsket om at reducere størrelsen samt opnå et løft af brystvorterne.

Brystreduktion tilbydes som en operation på de plastikkirurgiske afdelinger på de offentlige hospitaler. Kravene vil her være, at man har betydelige fysiske gener, ikke er overvægtig (BMI højst 25), og at der forventes en brystreduktion af et vist omfang, typisk omkring 500 g på hver side, afhængigt af personens størrelse. Hvis du mener, at du falder indenfor disse rammer, anbefaler vi, at du først forsøger behandling på et offentligt hospital.

Da mulighederne for at kunne amme et barn kan påvirkes ved en brystreduktion, bør dette indgå i dine overvejelser, før du beslutter dig for en operation. Hvis du har født og ammet et barn, skal der gå mindst 6 måneder efter ophør af amning, før du kan opereres.

En brystreduktion foregår i fuld bedøvelse, og du er indlagt på klinikken til dagen efter operationen.

Hvis du er over 35 år, anbefaler vi, at du får foretaget en mammografi inden operationen. Hvis du tidligere har fået foretaget en mammografi, må denne højst være 12 måneder gammel.

Man bør ikke være væsentligt overvægtig, når man skal have foretaget en brystreduktion. I praksis betyder dette, at BMI ikke må være over 30 (du kan beregne dit BMI ud fra højde (i meter) og vægt (i kg) $BMI = \text{vægt}/(\text{højde} \times \text{højde})$).

Hjælp til vægttab

Hvis BMI er 27 eller højere kan man få medicinsk hjælp til vægttabet. Vi samarbejder med en velrenommeret medicinsk vægttabsklinik, Rinnovo, som har forskellige "pakkedøsninger", man kan købe. Du kan kontakte Rinnovo for en gratis telefonkonsultation og downloade deres flyer fra vores hjemmeside.

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 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 vægtstigninger 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. 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 den medicin, du eventuelt tager.

Brystreducerende operation

Da du skal opereres i fuld bedøvelse, skal du møde fastende på klinikken:

- Du må ikke drikke alkohol efter kl. 20 fra aftenen før operationsdagen.
- 6 timer før planlagt operation skal du 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.**

Når du ankommer til Amalieklinikken, vil din sygeplejerske vise dig til rette 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 han foretager den nødvendige optegning på huden. Endelig er du parat til at komme på operationsstuen, hvor operations- og anæstesisygeplejerske venter dig.

En brystreducerende operation foregår i fuld bedøvelse og tager 1 ½ - 2 timer. Ved en brystreduktion kan snitføringen være forskellig. Hvilken der vælges afhænger af hvor meget, der skal reduceres, og hvor højt brystvorten skal løftes. Selve brystvorteområdet flyttes op, men bevarer sin forbindelse til det underliggende kirtelvæv, således at muligheden for senere at kunne amme vil være til stede, og følesansen skades mindst muligt. Ved operationens afslutning vil du få en bh på, som passer til den nye størrelse. Denne bh skal du anvende dag og nat de første to uger og derefter i dagtiden de følgende tre måneder.

Følgenvirkninger til brystreducerende operation

Operationen vil efterlade et ar, som i starten vil være rødt og kan være hævet. Hos de fleste patienter bliver arret efter en brystforstørrende operation pænt, men nogle få procent 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 følelsesløshed i et større eller mindre område af huden og brystvorteområdet 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.

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 tegnene er rødme og hævelse samt tiltagende smerter og feber. De dybe selvopløselige tråde, som under huden er syet med, kan nogle gange udstødes i arret, og dette kan ligne infektion men vil normalt ikke kræve, at der behandles med antibiotika. Er du i tvivl, er det bedst, at vi ser det i klinikken.

Da brystvorteområdet flyttes på en underliggende vævsstilk, kan der meget sjældent ses vævsdød i en del eller hele dette område. Dette vil ligesom infektion først kunne ses efter nogle uger, og vil give anledning til sår dannelse. 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 får smertestillende medicin med hjem fra klinikken med en anvisning på hvorledes tabletterne skal tages.

Til hjemtransporten er det en god ide, hvis du medbringer en pude til at lægge under sikkerhedsselen for at undgå tryk på såret.

Huden er syet med en tråd som forsvinder af sig selv, men du skal komme til en kontrol efter 12-14 dage, hvor vi ser, at alt er, som det skal være, og du vil have lejlighed til at stille spørgsmål.

Den afsluttende kontrol hos plastikkirurgen 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 1-2 uger efter operationen, men har man et fysisk krævende arbejde, kan sygemelding i op til 3 uger være nødvendig.

Hvad må du efter en brystreducerende operation

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 og cykle roligt efter 2 uger, men anden motion skal du vente 3-4 uger med. Mere krævende sportsaktivitet som løb og styrketræning 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.

Det er vigtigt at lade det påsatte 3M-plaster sidde de første 14 dage. Dagen efter operationen kan du brusebade. Micropore plasteret på arrene kan tåle vand og skal blot duppes tørre med et rent håndklæde. Badning i pool eller havvand må du tidligst gøre efter ca. 4 uger.

Efter at plastret er blevet fjernet, anbefaler vi, at plastret erstattes af SHEALD RECOVERY BALM fra IS CLINICAL. Dette er et behandlingsprodukt til ar, der stimulerer ny cellevækst og genopbygger huden. Cremen må bruges på sårskorper, men ikke på åbne sår. Produktet kan, når der ikke er sårskorper mere, suppleres med SUPER SERUM ADVANCE+, der øger kollagenproduktionen væsentligt. Produkterne påføres arrene 2 x dagligt i 3 mdr. og kan købes i klinikken. Alternativt kan du fortsætte med 3M plastret i 3 mdr. efter din operation. Det er dog vores erfaring, at det ofte giver hudproblemer i form af en allergisk reaktion. Når du ikke længere anvender plaster på arrene, skal du dække arret med tøj eller smøre med solcreme, faktor 50 eller mere, når arret udsættes for sol.

