

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 maveskindsoperation (abdominalplastik) opstrammes huden både svarende til den øvre del af maven over navlen og den nedre under navlen samtidigt med at navlen flyttes. Hos enkelte, specielt efter meget store vægttab, kan det komme på tale at fjerne hud i midtlinjen, så der også strammes op på tværs, en såkaldt "fleur-de-lis" operation, som vil efterlade et lodret ar i midtlinjen. 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.

Hos nogle kvinder er det alene huden under navlen, der er løs. Dette eventuelt i kombination med en topmave eller et grimt ar efter et kejsersnit eller en gynækologisk operation. I disse tilfælde kan en såkaldt miniabdominalplastik ofte afhjælpe problemerne eventuelt i kombination med en fedtsugning. En miniabdominalplastik kan eventuelt foregå ambulant og i lokalbedøvelse, men kan naturligvis også foregå i fuld bedøvelse med indlæggelse.

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.

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 "pakkeløsninger", 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.

Operation for løst maveskind

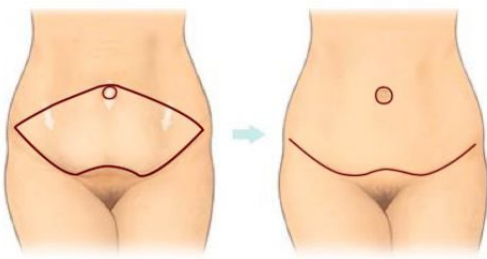
Da du skal opereres i fuld bedøvelse, skal du møde fastende på klinikken:

- 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.**

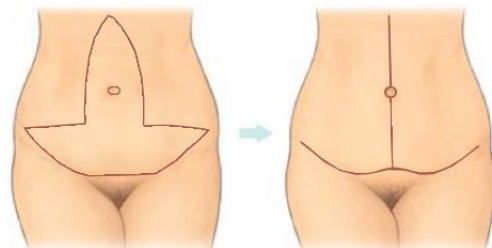
Når du ankommer til Amalieklinikken, vil din sygeplejerske vise dig til rette på din sengestue, og du vil få udleveret operationstøj. Derefter bliver du tilset af vores anæstesi-læge, som forklarer dig om bedøvelsen og giver dig medicin som forberedelse til operationen. Du kommer også til at tale med 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 det drejer sig om den almindelige og hyppigste store abdominalplastik med et vandret ar eller om der er tale om "fleur-de-lis" operationen, hvor der også kommer et lodret ar.



Figur 1. Snitføring ved almindelig abdominalplastik. Huden med underliggende fedt fjernes fra navlen og ned til skambenet. Arret er placeret omkring navlen og over skambenet



Figur 2. Snitføring ved "fleur-de-lis" abdominalplastikken. Udover ovenstående ar får man også et lodret ar.

Det betyder også noget om der skal foretages bugvægsplastik eller fedtsugning i forbindelse med operationen. Som det fremgår af tegningen ovenfor, bliver der anlagt et snit over skambenet fra hofte til hofte, hvorefter huden løsnes op til ribben og 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.

Følggevirkninger til operationen

Operationen vil efterlade et ar, som i starten vil være rødt og kan være hævet. Vi anbefaler brug af særligt udviklet arcreme, som kan tilkøbes. 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 følelsesløshed 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 kanyle, 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.

For at begrænse trækken på arret vil du være lejret i sengen med let bøjede hofter og knæ samt overkroppen let hævet. Denne stilling skal du sove i de første 1-2 uger efter operationen.

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.

Afhængigt af hvor meget væske der er kommet i drænene, kan disse eventuelt fjernes, før du tager hjem. Hvis de ikke kan fjernes, vil du blive instrueret i at tømme drænene hjemme. Efter 2-4 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 10-14 dage, hvor disse tråde fjernes.

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 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.

Mavebæltet, som du har på efter operationen, vil vi næste morgen udskifte til en speciel buksebandage. Denne skal bibeholdes i 4-5 dage. Fra 5. dagen kan du brusebade dagligt og tage buksebandagen på igen. Den skal anvendes i mindst 4 uger.

Det er vigtigt at lade det påsatte 3M-plaster sidde de første 14 dage. Plastret er gratis og udleveres i klinikken.

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.

