

Forundersøgelsen

Ved forundersøgelsen anbefaler vi, at du lader et familiemedlem eller en god veninde deltage, da der er meget information, som efterfølgende kan være svær at huske på. Det er en rigtig god idé at have gennemlæst vores informationsmateriale inden du møder op til forundersøgelsen, medbring gerne en liste med spørgsmål du har til forløbet.

Ved forundersøgelsen må du meget gerne medbringe vores spørgeskema i udfyldt stand, du kan downloade det [her](#). Der skal minimum gå en uge fra forundersøgelse til operationen må udføres.

Din tryghed er vores største prioritet

Ved konsultationen sikrer lægen sig, at du helbredsmæssigt er klar til operation. Der er enkelte specifikke sygdomme og medicinske behandlinger, som øger risikoen ved kirurgi, hvorfor vi må afstå fra at operere, se detaljeret liste her. Overvægt og rygning er blandt de to største risikofaktorer ved kosmetisk kirurgi. Det anbefales, at dit BMI er under 27 og må maksimalt være 30, du kan udregne dit BMI her. Du skal stoppe med rygning fra rygning 4 uger før operationen indtil fire uger efter operationen. Hvis der er behov for supplerende undersøgelse fx blodprøver, hjertekardiogram (EKG) osv aftales dette. Får du medicin aftaler du i samråd med kirurgen om der skal ændres eller pauseres i din behandling, læs her.

Overvægt og efterfølgende vægttab, samt graviditeter er de hyppigste årsager til slapt maveskind. Huden er ofte præget af strækmærker og i svære tilfælde kan der være sårdannelse og svamp i hudfolderne. I forbindelse med graviditeter kan mavemuskulaturen glide fra hinanden, hvilket resulterer i en "top-mave", som kan være umulig komme af med selv ved hård træning.

Vi tilbyder 2 forskellige former for operation ved slapt maveskind, som begge kan kombineres med en fedtsugning af området:

Normal maveskindsoperation, hvor huden opstrammes fra underkanten af brystbenet til under navlen, evt kombineret med opstramning af mavemuskulaturen.

Mini maveskindsoperation, hvor man kun fjerner hud fra den nederste del af maven under navleniveau.

Før operationen

Hvis man er sund og rask, normalvægtig og ikke-ryger, har man det bedste udgangspunkt før en operation og vil have mindst risiko for at udvikle en komplikation. Hvis du ryger er det derfor vigtigt at du stopper med at ryge 4 uger før og 4 uger efter operationen. Er du overvægtig bør du tilstræbe et vægttab, så dit BMI er tæt på 25. Forskellige former for medicin og naturpræparater påvirker blødningstendensen, hvorfor du i samråd med kirurgen skal pausere visse behandlinger inden en operation. Undgå gerne alkohol en uge før operationen.

På operationsdagen

Den normale maveskindsoperation foretages i fuld bedøvelse, hvorfor det er vigtigt, at du er fastende i 6 timer før operationen, du må dog godt drikke et enkelt glas saft eller vand op til 2 timer før operationen, men ingen mælkeprodukter. Mini maveskindsoperationen foretages i lokal bedøvelse.

Når du ankommer til klinikken, får du anvist din seng af sygeplejersken. Du har en samtale med kirurgen, så evt spørgsmål til forløbet kan afklares, derefter laves optegninger på huden og der tages fotos til din journal. Herefter møder du anæstesi (bedøve) lægen, som informerer dig om bedøvelsen og giver dig smertestillende medicin. Du er nu klar til operation.

Operationen

Selve operationen tager omkring 2 timer, du får lagt lokalbedøvelse i huden, hvor snittene lægges i bikinilinen. Hvis der skal foretages fedtsugning, indledes operationen med dette. Herefter løsnes den slappe hud fra den underliggende muskelhinde fra bikinilinen og op til brystbenet. Navlen skæres fri og den slappe hud skæres væk. Hvis mavemusklerne er gledet fra hinanden, som følge af graviditet, sys de sammen. Herefter tildannes der et nyt hul til navlen og huden sys sammen. Der vil ofte blive lagt to dræn. Du får anlagt plaster (micropore) på huden og til sidst en komprimerende bandage.

Ved mini maveskindsoperationen lægges der lokalbedøvelse i huden ud for bikinilinen og man fjerner man den slappe hud op til navlen. Man kan ikke sy mavemusklerne sammen ved dette indgreb.

Efter operationen

Opvågning

Har du været i fuld bedøvelse ligger du til opvågning på din sengestue, hvor du observeres af vores opvågningssygeplejerske. Anæstesi lægen ordinerer smerte- og kvalmestillende medicin. Lokalbedøvelsen virker i 4-6 timer og man har sjældent meget ondt når man vågner op. Efter et par timers sengeleje er man som regel frisk nok til at få lidt at spise og drikke.

Udskrivelse

Har du været i fuld bedøvelse forbliver du indlagt natten over og udskrives om morgenen dagen efter din operation. Er du opereret i lokal bedøvelse kan du gå hjem efter du har hvilet dig i 30 min.

Bandage og plaster

Du får efter operationen anlagt en komprimerende bandage om maven. Afhængigt om du har fået syet mavemusklerne sammen, skal du bære bandagen døgnet rundt i 6 uger og yderligere 6 uger i dagtid. Har du kun fået fjernet hud kan du nøjes med bandage i 3 uger døgnet rundt og yderligere 3 uger i dagtid. Vi anbefaler at du benytter microporeplaster i 3 måneder over arrene.

Smerteplan

Du får en smerteplan med hjem som instruerer dig i hvilken og hvor meget smertestillende medicin du skal tage. Vi giver medicin med til de første par dage og der bliver udstedt elektronisk recept, som kan benyttes på alle apoteker.

Smerter

Det første døgn er som regel ikke forbundet med stærke smerter. Smerterne tager ofte til i løbet af de første 2-4 dage, det er vigtigt at man tager den ordinerede smertestillende medicin. Smerterne begynder at aftage omkring 7 dagen, men man skal forvente at være øm i 3-4 uger.

Kontrol, trådfjernelse og plaster

Du skal til kontrol efter 10-14 dage, hvor trådenderne afklippes. Der planlægges her tid til 3 måneders kontrol.

PFEIFFER PLASTIKKIRURGI

KONTAKT@PLASTIKKIRURGI.DK

PLASTIKKIRURGI.DK

8282 5555

ALGADE 4. 1

4000 ROSKILDE

Efter operationen

PFEIFFER PLASTIKKIRURGI
KONTAKT@PLASTIKKIRURGI.DK
PLASTIKKIRURGI.DK
8282 5555
ALGADE 4. 1
4000 ROSKILDE

Fysisk aktivitet

Det er vigtigt at du lytter til din krop og undgår at lave bevægelser der gør ondt. Du skal allerede fra 1. dag efter operationen være ude af sengen og gå stille og roligt rundt. I de første 2 uger er det **meget** vigtigt at undgå tunge løft og stød. Tænk over praktiske ting som at undgå tøj du skal have af/på over hovedet i de første uger. Efter 2 uger må du gradvis øge dine bevægelser og foretage normale løft.

Sport

Du kan gradvist begynde at træne isolerede benøvelser efter 3-4 uger, fx en tur på motionscykel. Løb og vægttræning af overkroppen efter 6-8 uger. Start stille og roligt ud og øg vægt/intensiteten uge for uge.

Sovestilling

Vi anbefaler at man sover på ryggen de første 3-4 uger efter operationen.

Bilkørsel

Du må ikke køre bil så længe du har smerter, du skal kunne reagere normalt

Sol

Beskyt arrene mod sollys vha solcreme faktor 30 eller derover, særligt i det første år.

Arbejde

Du kan forvente at genoptage stillesiddende arbejde efter 10-14 dage. Fysisk krævende arbejde kan genoptages efter 3-4 uger.

Bad

Du kan bade dagen efter operationen, plastret kan tåle at blive vådt, tør det med håndklæde eller hårtørre.

Følgenvirkninger og risici

PFEIFFER PLASTIKKIRURGI
KONTAKT@PLASTIKKIRURGI.DK
PLASTIKKIRURGI.DK
8282 5555
ALGADE 4. 1
4000 ROSKILDE

Føleforstyrrelser

I de første måneder efter operationen er det normalt at opleve forskellige føleforstyrrelser i form af stikken, prikken og jag. Manglede følelse ses også i de første måneder, men permanente føleforstyrrelser efter 1 år er derimod sjældne, ses hos under 1 %.

Blødning

Det er normalt at du i dagene efter operationen kan udvikle mindre hævelse og blå mærker, men en operationskrævende blødning er derimod sjælden (under 1 %).

Infektion

Der kan opstå en sårinfektion som er kendetegnet ved rødme af huden, typisk omkring arret og behandles effektivt med antibiotika.

Ar

Arrene er umodne (røde) op til de første 12 måneder efter operationen, hvorefter de bliver af. En sjælden komplikation (under 1 %) er en overreaktivt arvævsdannelse som giver et tykt og uskønt ar, opstår dette kan det behandles med ny operation.

Hudoverskud og ujævnheder

Hvis der i forbindelse med operationen er foretaget fedtsugning, kan der forekomme enkelte ujævnheder i huden. Der kan være et mindre hudoverskud i hver ende af arret, det mindskes normalt i løbet af de første 3 måneder.