

## BRYSTDANNELSE HOS MÆND ( GYNÆKOMASTI)

Denne vejledning er lavet til dig, der ønsker at få foretaget en operation for mandlig brystudvikling. Det er meget vigtigt, at du læser disse sider grundigt igennem inden operationen.

### Forundersøgelse

Forud for operationen vil du komme ind på klinikken til en forundersøgelse, hvor du er meget velkommen til at medbringe en pårørende. Kirurgen vil tilse dig, spørge ind til dit helbred, og I vil derudover have en snak om dine ønsker og forventninger. Ud fra dette vil kirurgen informere dig om, hvilke muligheder der foreligger, og sammen besluttet det, om en operation for mandlig brystudvikling er det rette for dig. Du vil blive grundigt informeret om indgrebet, forløbet samt mulige bivirkninger og komplikationer. Du får tilmed få mulighed for at stille alle de spørgsmål, som du måtte have. Bemærk, at som Sundhedsstyrelsen foreskriver, skal der være en betænkningstid på 7 dage, før behandlingen kan foretages.

### Følgende forhold kan have betydning for brystudvikling

Alle mænd har et lille brystkirtelanlæg. Hos nogle mænd begynder kirtelanlægget at vokse, og det kan der være forskellige årsager til. Hos de fleste mænd med brystkirteludvikling finder man ikke nogen kendt årsag til brystudviklingen. I forbindelse med puberteten er produktionen af hormoner høj. Her ses ofte en forbigående brystkirteludvikling, som svinder af sig selv. Men hos nogle er brystudviklingen blivende, og her kan en operation blive aktuel.

I forbindelse med overvægt eller store vægtsvingninger sker der ofte hormonpåvirkninger, som stimulerer kirtelvævet til at vokse, og det kan give mandebryster. Brysterne kan også hænge efter et stort vægttab. En anden årsag kan være brug af anabole steroider eller euforiserende stoffer som hash samt nogle typer medicin, som kan forstyrre hormonbalancen, så kirtelvævet vokser.

I sjældne tilfælde kan brystudviklingen skyldes hormonproducerende knuder i testiklerne. Brystudviklingen er ofte ens på begge sider, men kan være ensidig. I disse tilfælde kan det være nødvendigt at foretage en ultralydsscanning eller mammografi for at udelukke ondartede forandringer i brystkirtlen. Vi anbefaler altid, at ens egen læge foretager en udredning med blodprøver og klinisk undersøgelse af testikler inden operationen for at udelukke nogle af de sjældne årsager til mandlig brystudvikling. En operation for brystudvikling består ofte af en kombination af fedtsugning og fjernelse af kirtelvæv. I nogle tilfælde er der også brug for fjernelse af overskydende hud, typisk efter et større vægttab.

### Forventninger

Brystudviklingen skal være af en vis størrelse, før en operation vil være hensigtsmæssigt. Der vil nemlig komme små ar efter fedtsugningen og i de fleste tilfælde også ar omkring brystvorten. Der vil altid være efterladt en lille smule kirtelvæv, og der er således en risiko for, at problemet kan komme igen, hvis kirtlen igen stimuleres til vækst. Der kan forekomme mindre asymmetri af brysterne, og der er risiko for let indtrækning af brystvorten. Du skal være opmærksom på, at holdbarheden af resultatet varierer meget fra patient til patient afhængig af genetiske forhold, vævsforhold, ydre forhold, levevis og vægtsvingninger.

## **Før operationen**

For at få et tilfredsstillende resultat er det vigtigt, at du ikke er overvægtig og ikke ryger. Hvis dit BMI er over 28, vil du blive bedt om at tabe dig inden operationen. Det skyldes, at der er en øget risiko for komplikationer i forbindelse med både bedøvelsen og operationen. Hvis du er ryger, skal du have været røgfri i 4 uger, før operationen kan foretages. Ellers kan der være øget risiko for sårhelingsproblemer efter operationen.

## **Pause med medicin**

Til forundersøgelsen besluttes det, om du skal holde pause med noget af din vanlige medicin inden operationen. Det kan eksempelvis være blodfortyndende medicin som Hjertemagnyl eller Marevan. Dette aftales altid individuelt, men reglen er, at man holder pause med dette 5-7 dage inden operationen og genoptager medicinen dagen efter operationen.

## **Fiskeolie, ingefær og anden naturmedicin**

Hold altid pause med dette - gerne 2 uger før operationen.

## **Ryging**

Vi anbefaler på det kraftigste et rygestop 4 uger før og efter operationen, idet rygning medfører markant større risiko for lungeproblemer, nedsat sårheling og infektioner efter operationen. Starter du med at ryge igen, anbefales det tidligst 4 uger efter operationen af hensyn til sårheling og det bedst mulige resultat. Man kan godt bruge rygestopmedicin (nikotinplaster og nikotin-tyggegummi).

## **Ændringer i helbredstilstanden eller medicin**

Når du møder ind til operationen, er det vigtigt, at du føler dig sund og rask. Du skal hurtigst muligt kontakte os på tlf.: +45 4632 5005 i tilfælde af:

- Ændring i din vanlige medicin.
- Ændringer i din sundhedstilstand - dette gælder også forkølelse og feber.
- Ved større tandarbejde som fx rodbehandling mindre end 2 uger før operationen.
- Hvis du får sårdannelse eller betændelse.
- Ved graviditet.

## **Hår**

Ca. 3-4 dage før operationen skal hår under armene og på brystkassen fjernes enten ved barbering eller med hårfjerningsmiddel. Det er vigtigt at gøre dette forsigtigt, så der ikke kommer sår og rifter, som øger risikoen for betændelse efter operationen.

## **Faste**

Operationen for mandlig brystudvikling foregår som oftest i fuld bedøvelse, men kan i nogle tilfælde foretages i lokalbedøvelse. Foregår din operation i lokalbedøvelsen skal du ikke faste, og du kan således spise og drikke normalt. Hvis din operation derimod foregår i fuld bedøvelse, skal du møde fastende til operationen. Indtil 6 timer før operationen må du drikke og spise normalt. Fra 6 til 2 timer før operationen må du drikke gennemsigtige væsker såsom:

- Vand
- Saft
- Te eller kaffe uden mælk

Det tilrådes at drikke noget i denne periode, og det er en fordel, hvis drikken er sukkerholdig. De sidste 2 timer før operationen må du intet indtage.

## Sukkersyge

Har du sukkersyge, og skal du opereres inden kl. 12, må du ikke tage hverken insulin eller tabletter mod diabetes om morgenen på operationsdagen.

## På operationsdagen bedes du

- Medbringe din vanlige medicin, helst i originalpakninger.
- Tage bekvemt tøj på. Tøjet skal kunne tåle at få gul farve på, da desinfektionsmidlet kan smitte af de første dage.
- Medbringe denne vejledning.

## Forberedelse til operationen

Du møder først en sygeplejerske, der tager imod dig, stiller dig spørgsmål om bl.a. allergi og faste samt giver dig smertestillende medicin. Du taler derefter med plastikkirurgen, får tegnet med tusch hvor du skal opereres, og der tages fotos af operationsområdet. I tilfælde af fuld bedøvelse vil du dernæst møde anæstesilægen, der taler med dig om bedøvelsen. Herefter kommer du ind på operationsstuen.

## Operationen

Operationen foregår hyppigst i fuld bedøvelse eller i enkelte tilfælde i lokalbedøvelse, evt. suppleret med afslappende medicin som tabletter eller via en injektion. Varigheden af indgrebet er almindeligvis mellem 1-2,5 timer. Operationen kan udføres med forskellige metoder afhængigt af, om der skal fjernes overskydende hud. I de fleste tilfælde foretages der først en fedtsugning gennem 1-2 åbninger på brystkassen. Disse ar er ca. 5 mm lange. Herefter fjernes kirtelvæv gennem et snit i brystvorteområdet. I de tilfælde, hvor der samtidigt fjernes overskydende hud, kan det i sjældne tilfælde blive nødvendigt med et ankerformet ar. Dette betyder, at arrene sidder omkring brystvorten, nedenfor og i furen under brystet. Du vil få en komprimerende forbindelse på brystkassen umiddelbart efter operationen. I nogle tilfælde vil der blive anlagt dræn. Disse kan almindeligvis fjernes efter et par dage.

## Akutte henvendelser

Ved udskrivelsen får du et akutnummer til din plastikkirurg med hjem. Dette kan du benytte indtil morgenen efter kl. 08.00 i tilfælde af akutte opståede problemer. Efterfølgende kan du kontakte os på vores hovednummer: +45 4632 5005 inden for vores telefontid. Ved akutte henvendelser uden for vores telefontid henvises der til Akuttelefonen på 1813.

## Indlæggelse

Er du blevet opereret i lokalbedøvelse, så vil du formentlig være klar til at tage hjem ca. 30 min. efter operationen. Har du derimod været i fuld bedøvelse, så vil du få mulighed for at slappe af ca. 2 timer efter operationen, hvorefter du almindeligvis vil være frisk nok til at tage hjem. Det er vigtigt, at du bliver hentet af en pårørende, som også kan være hos dig om natten efter operationen.

## Efter operationen

På operationsdagen skal du hjem og hvile dig. Du skal holde hovedgærdet på din seng højt (ca. 45 grader) de første par dage efter operationen, da det dæmper smerter og hævelsen. Er du blevet opereret i fuld bedøvelse, så vil du dagen efter operationen blive ringet op af en af vores sygeplejersker, der tjekker op på, at alt er, som det skal være. Har du nogle spørgsmål, vil du få mulighed for at stille dem her.

## I gang igen

Af hensyn til dit almene velbefindende og for at forebygge dannelsen af blodpropper er det vigtigt, at du hurtigt kommer på benene igen efter operationen. Du skal ikke ligge i sengen, men gå stille omkring og sørge for at hvile dig indimellem.

## **Sivning og forbindelse**

Der kan komme lidt sivning fra operationssårene. Dette er helt almindeligt og kræver ikke behandling. Hvis der er lagt hvide eller blå stykker sugende gazestykker ovenpå plasteret, kan du fjerne dem 1-2 dage efter operationen. Det brune plaster og den sugende forbindelse, der sidder på huden, skal du lade blive siddende, til du kommer til kontrol 14 dage efter operationen. Kun hvis der er mistanke om infektion eller allergisk reaktion, skal du tage plasteret af før tid og kun efter aftale med klinikken. Den støttende bandage skal normalt bæres hele døgnet i de første 3 uger efter operationen. Herefter i yderligere 3 uger i dagtimerne. Du må tage den støttende bandage af i forbindelse med bad, og når den skal vaskes.

## **Smerter og medicin**

Det er naturligt at have smerter efter en operation, men smerterne bør være aftagende efter nogle dage. Du kan forvente, at operationsområdet føles hævet og ømt i flere uger. Der vil de første par dage være smerter ved bevægelse. Der kan være føleforstyrrelser, lette smerter og stikkende fornemmelser i uger til måneder efter operationen. Er du i tvivl, så kontakt klinikken.

## **Du skal tage smertestillende medicin efter aftale med os**

Vi anbefaler, at du inden operationen køber Magnesia på apoteket mod forstoppelse. Du får i forbindelse med operationen udleveret smertestillende medicin til de første par dage efter udskrivelsen. Smertebehandlingen består af Paracetamol, Ibuprofen samt Oxynorm, der er et morfinlignende præparat.

Vær opmærksom på, at Oxynorm kan give bivirkninger. Det drejer sig om svimmelhed, døsighed, kvalme, opkastning samt forstoppelse. Som udgangspunkt vil man efter de første par dage have et smerteniveau, der kan lindres med Paracetamol og Ibuprofen. Kontakt klinikken, hvis du stadig oplever et højt smerteniveau efter 3-4 dage.

## **Tape (Micropore)**

Du har tape på sårene efter operationen. De skal gerne blive siddende på, indtil du kommer til kontrol efter operationen. Du skal altså ikke fjerne tapen selv. Dog skal det fjernes, hvis det væsker meget, bliver rødt eller hvis der opstår kløe (tegn på at huden bliver irriteret af plasteret). Kontakt os endelig, så vi kan sikre os, at det ikke drejer sig om betændelse. Det anbefales, at du bruger 3M plaster-tape på arrene de første 3 mdr. efter operationen. Du skal kun skifte plaster én gang om ugen. Du får tape ved første kontrol, og det kan også købes på apoteket.

## **Operationssår**

Det er vigtigt at holde øje med, om operationssårene heler som de skal. Tegn på betændelse viser sig ved:

- Rødme
- Varme
- Tiltagende smerter
- Hævelse
- Feber

Har du mistanke om betændelse, så ring til os på tlf.: +45 4632 5005.

## **Støttende bandage**

For at lægge tryk på operationsområdet og mindske hævelse bør du anvende den udleverede bandage både dag og nat i 3 uger efter operationen. Herefter skal den anvendes i yderligere 3 uger i dagtimerne. Du må tage bandagen af i forbindelse med bad, og når den skal vaskes.

## Kontroller

Du vil blive tilbudt en kontroltid hos en sygeplejerske 14 dage efter operationen, hvor tapen vil blive fjernet, og sårene/arrene tilset. Er der anlagt dræn, aftales fjernelse af disse individuelt. Du skal ikke have fjernet tråde, hvis sårene er syet med tråde, som opløser sig selv. Der kan dog være enkelte undtagelser, hvor enkelte tråde skal fjernes. Du vil blive tilbudt en tid til kontrol hos din plastikkirurg 3-6 mdr. efter operationen, hvor resultatet vil blive vurderet. Hvis du får problemer inden, er du altid velkommen til at kontakte os.

## Brusebad og hårvask

Du må tage brusebad 2 dage efter operationen. Det brune tape (Micropore), som sidder på sårene, skal blive siddende indtil din 14-dages kontrol på klinikken. Når du har været i bad, skal du duppe det brune tape med et rent håndklæde, så det bliver tørt, hvorefter du skal tage den støttende bh på igen.

## Cremer og olier

Du må først bruge creme eller olie, når såret er helet og uden sårskorper. I tiden hvor du bruger tape, skal cremen være optaget i huden, inden du sætter tape på.

## Sollys

For at få så pæne ar som muligt er det vigtigt at beskytte arrene mod sol de første 12 måneder efter operationen. Vi anbefaler, at du beskytter arrene med tøj, plaster eller solcreme minimum faktor 50.

## Arbejde

Du kan genoptage stillesiddende arbejde efter nogle dage. Mere fysisk arbejde kræver nogle gange 2-3 ugers sygemelding. Dette drøftes med kirurgen ved udskrivelsen.

## Bilkørsel

Det er meget vigtigt, at du stopper med at tage stærk smertestillende medicin, før du sætter dig bag rattet igen. Du må ikke selv køre bil, før du kan reagere normalt i enhver situation. Det er også vigtigt, at du stadig benytter sikkerhedssele.

## Hvad må jeg efter operationen?

Du må gå ture, når du har lyst. Cykelture er tilladt efter 1-2 uger. Efter 3-4 uger kan du dyrke sport med hensyntagen til ømhed. Du må først gå i svømmehal, pool, havet mv., når dine operationssår er helet dvs. ingen synlige sårskorper.

## Sovestilling

Du må sove, som du finder det behageligt. De fleste foretrækker at sove på ryggen den første uge.

## Forventninger til de første uger efter operationen

Du kan have svært ved at komme ind og ud af sengen de første dage, grundet smerter og ømhed. Der kan være hævelse og misfarvning (blodudtrædninger) i området. Dette er forventeligt og forsvinder igen. Der vil være øget varme i området samt kløe, prikken og evt. svie i ar og ved operationsområdet. Du kan også opleve føleforstyrrelser i området samt kortvarige jager i brystområdet. Du må forvente træthed i den første tid efter en større operation, og du kan have behov for at hvile dig flere gange i løbet af dagen.

## Mulige bivirkninger og komplikationer

Der kan i nogle tilfælde komme små sår eller blærer ved arrene. Det er almindeligvis ukompliceret, og sårene heler af sig selv. I nogle tilfælde skyldes det de indvendige tråde, der syes med. De kan have svært ved at blive opløst, og derfor afstødes de. Ser man en hvid tråd, kan den blot klippes af med steril saks efter afspritning, men kontakt os for dette.

### **Efterblødning**

I sjældne tilfælde kan der opstå en blødning efter operationen. Dette kan kræve en ny operation. Sker det, skal du straks kontakte din kirurg. Vi bærer udgifter til reoperation på vores privathospital ved efterblødning.

### **Føleforstyrrelser**

Følesansen af brystvorterne bliver påvirket i forbindelse med operationen, og man kan opleve nedsat følsomhed af brystvorterne. Enkelte mister helt følsomheden, mens andre oplever øget følsomhed. Der er næsten altid et større eller mindre tab af følesansen på området omkring arret, som dog sjældent er permanent. Den normale følsomhed vender dog ikke altid tilbage, og i de tilfælde findes der desværre ingen behandling.

### **Infektion**

Ved al kirurgi kan der komme infektion, og selv om dette er sjældent, så bør man alligevel være opmærksom på det. Infektion viser sig ved rødme, varme, hævelse, en dunkende smerte, feber eller en påvirket almen tilstand. Du kan også opleve sivende væske fra operationssårene. Infektion kræver antibiotisk behandling, og det er derfor vigtigt, at du kontakter klinikken, hvis du har mistanke om en infektion.

### **Spørgsmål**

Hvis du har spørgsmål, så besvarer vi dem altid gerne, og vi ser dig også gerne til en ny kontrol eller konsultation uden beregning.

Ringstedgade 19, 4000 Roskilde  
kontakt@roskildeprivathospital.dk  
tlf.: 4632 5005