

## STOR MAVEPLASTIK

Denne vejledning er lavet til dig, der ønsker at få foretaget en stor hudreduktion af slapt maveskind. 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 stor maveplastik er det rette for dig. Du vil blive grundigt informeret om indgrebet, forløbet samt mulige bivirkninger og komplikationer. Du får tilmed 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.

### Stor maveplastik

Har man gennemgået et større vægttab, kan huden være så løs på maven, at det resulterer i både fysiske, psykiske og kosmetiske gener. De fysiske gener fra hudoverskuddet knytter sig ofte til hudfolderne, som kan blive hudløse og inficerede. Slapt maveskind kan typisk behandles ved to forskellige operationsmetoder – en lille og en stor maveplastik. En stor maveplastik er den mest almindelige til opstramning af slap hud og giver typisk det pæneste resultat.

### Forventninger

Du vil opleve, at der efter nogle år sker forandringer, som kan medføre, at det kosmetiske resultat ikke er tilfredsstillende på sigt. Med andre ord er det ikke muligt at opnå et resultat efter operationen, der holder resten af livet. Således kan man få behov for en ny operation på et senere tidspunkt. Holdbarhedstiden af resultatet varierer meget fra patient til patient afhængig af genetiske forhold, vævsforhold, ydre forhold, levevis, svingende vægt mv. Resultatet kan ødelægges ved vægtøgning, rygning og ved graviditet. Derudover er det vigtigt at huske på, at operationen er forbundet med en vis risiko for komplikationer, og at det endelige resultat ikke altid kan leve op til dine og plastikkirurgens forventninger og ønsker.

### 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 besluttet 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 individuelt, men reglen er, at man holder pause med dette 5-7 dage inden operationen og genoptager behandlingen 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 bedste 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.

## **Faste**

Operationen foregår i fuld bedøvelse, og du skal derfor møde op fastende. 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. Du vil dernæst møde anæstesilægen, der taler med dig om bedøvelsen. Herefter kommer du ind på operationsstuen.

## **Operationen**

Operationen foregår i fuld bedøvelse og varer ca. 2-3,5 timer afhængig af, om der samtidig skal foretages en fedtsugning. Ved operationen fjerner man huden under navlen og herefter løsnes den hud, der ligger fra navlen og op til ribbenene og trækkes ned som et forklæde, således at den dækker hele maven.

Der laves et nyt leje til navlen, og man får et ar over skambenet ud mod hoftekammene. Arret kan oftest dækkes af undertøjet. Under operationen strammer man sædvanligvis musklerne sammen i midtlinien indvendigt. Afslutningsvis bliver sårene syet med en selvopløselig tråd.

### **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**

Du vil være indlagt på klinikken indtil næste morgen, og du vil være klar til at blive hentet kl. 08.00. Under indlæggelsen vil sygeplejersken tage sig godt af dig og observere, om der er tegn på blødning. Du vil typisk have lagt 2 dræne på maven, som sørger for at overskydende blod og væske kommer ud. Drænene fjernes næste morgen, inden du bliver udskrevet. Når du skal hjem, er det vigtigt, at du bliver hentet af en pårørende, da du næppe vil være i stand til at tage offentlig transport.

### **Efter operationen**

Du skal hjem og hvile dig. Dagen efter din operation skal du holde kroppen let bøjet, og det anbefales, at du går foroverbøjet, ligger med bøjede knæ og løfter hovedgærdet. Det skyldes, at huden på maven er syet meget stramt og for at skåne sammensyningen, må der ikke komme for meget træk på syningen. Desuden dæmper det smerter og vejrtrækningsbesvær og får hævelsen til at mindskes.

### **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 hele dagen, men gå stille omkring og hvile dig liggende indimellem.

### **Sivning og forbindelse**

Der kan forekomme let sivning fra sårene og drænhullerne de første par dage efter operationen. Særligt hvis der foretaget en fedtsugning, kan det sive med en hel del saftevandslignende væske. Det er helt almindeligt og kræver ikke behandling. Det kan dog være generende og kræve nogle praktiske foranstaltninger som fx, at der skiftes sugende forbindelse ofte, og at du evt. dækker seng/stol af med sugende gummiunderlag/håndklæde.

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. Der må helst ikke sidde plaster ved navlen – kun tør gaze. Tjek om du har steril gaze i en førstehjælpskasse, ellers kan du få en pakke steril gaze med hjem fra klinikken.

### **Smerter og medicin**

Det er naturligt at have smerter efter en operation, men smerterne bør være aftagende efter nogle dage. Du kan forvente at have smerter og spændthed/hævelse af maven i 2-3 uger eller længere. Det er ikke unormalt at have lettere smerter/gener i flere uger til måneder efter operationen. Maven vil indimellem føles "spændt op", hård og fast. Det er helt normalt og kan vare i uger eller måneder. Efter ca. 6 mdr. bliver maven almindeligvis mere blød og naturligt at se på. Er du i tvivl, så er du meget velkommen til at kontakte 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, døsigthed, 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.

## **Mavebælte**

For at undgå væskeansamling og blødning og for at støtte maven er det meget vigtigt, at du anvender det udleverede mavebælte både dag og nat i 3 uger efter operationen. Særligt den første uge skal bæltet være godt stramt. Herefter anvendes mavebæltet yderligere 2-3 mdr. kun om dagen. Hvis dine mavemuskler er blevet syet sammen i forbindelse med operationen, anbefales det at anvende bæltet i 3 mdr. Du må gerne tage bæltet af i forbindelse med bad, og når bæltet skal vaskes. Bæltet kan vaskes ved 30 grader i vaskemaskinen, men må ikke tørretumbles. Når du vasker bæltet, skal du helst ligge ned på ryggen med bøjede ben og hvile. Der er mulighed for at tilkøbe et ekstra mavebælte, hvis du skulle have lyst til det.

## **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 mavebæltet på igen.

## **Creme 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 med minimum faktor 50.

## **Arbejde**

Du kan genoptage stillesiddende arbejde efter nogle dage, mens mere fysisk arbejde nogle gange kræver 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**

Vi anbefaler, at du **ikke** ligger på maven i ca. 6 uger efter operationen. Du må gerne ligge let om på siden – støt evt. med en pude i ryggen.

## **Forventninger til de første uger efter operationen**

Du kan opleve at få svært ved at komme ind og ud af sengen de første par dage grundet smerter og ømhed. Der kan være hævelse og misfarvning (blodudtrædninger) i området. Dette er forventeligt og forsvinder igen. Der vil tilmed være øget varme i området. Du kan opleve kløen, prikken og evt svien i ar og operationsområdet. Du kan også opleve føleforstyrrelser og kortvarige jag i området.

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 afsprøjtning, men kontakt os for dette.

## **Føleforstyrrelser**

Følesansen kan forsvinde varigt på et håndfladestort område under navlen. På resten af maven vil der være nedsat eller ændret følesans i en del måneder, men typisk vil det bedres med tiden. Typisk over 1-2 år.

## **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.

**Infektion**

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