

## Patientinformation om ar-korrektion

**Formål/definition:** Ar opstår som en konsekvens af tidligere operationer, skader eller uheld. Ardannelse opstår kun, hvis skaden er så dyb, at den inddrager de dybere liggende hudlag. Ardannelsen er kroppens måde at reparere huden på og det kan let tage mere end 1 år før arret er modnet helt. En operation efterlader altid et ar. I nogle tilfælde forekommer disse ar næsten usynlige, og i andre tilfælde opstår der bredde og tykke ar.

Arkorrektion er for det meste et mindre indgreb, hvor formålet er at forbedre et ældre ars udseende. En fuldstændig fjernelse af ar er ikke muligt, men kirurgisk kan vi minimere arret og gøre det pænt. Hvorvidt en kosmetisk korrektion af arret er mulig, beror altid på en individuel vurdering.

Nogle personer er det, vi kalder keloid-dannere. Det betyder, at de har tendens til at danne tykke nærmest blomkålsagtige ar. Ved man, at man er keloid-danner, bør man nøje overveje at lade sig operere af rent kosmetiske årsager. En plastikkirurg vil kunne vejlede dig i dette.

### Forundersøgelse

Den første konsultation hos en af vores speciallæger i plastikkirurgi handler om at lytte til dine behov, ønsker og forventninger og sørge for, at du får den rigtige information og svar på dine spørgsmål. Du får blandt andet information om, hvilke behandlinger, der bedst kan imødekomme det resultatet, du ønsker.

Ved forundersøgelsen foretager kirurgen også en faglig og helbredsmæssigvurdering af dig og på baggrund heraf, taler I om dine muligheder og de risici, der altid er ved en operation.

Du er velkommen til at tage en ven eller et familiemedlem med til forundersøgelsen, da der er mange informationer, og det er vigtigt for os, at du føler dig tryk.

Børn må desværre ikke være med ved forundersøgelsen.

**Betænkningstid og booking:** I følge loven kan du først give samtykke til operationen og blive opereret, når du har haft 7 dages betænkningstid efter forundersøgelsen, men du er velkommen til at booke en operationstid, efter du har været inde til forundersøgelse.

## Forberedelse til operationen

Dage/uger før operationen	Undgå /ophør med følgende
6 uger før og 4 uger efter operationen	Ophør/ hold pause med <b>rygning/E- cigaretter</b> . Dette for at nedsætte risikoen for dårlig sårheling, lungeproblemer og infektioner i forbindelse med operationen.
4 uger før f operationen	Hvis du drikker mere end 4 genstande dagligt, bør du ophøre fuldstændigt med at indtage <b>alkohol</b> .
30 dage før og efter operationen	Undgå at få lavet <b>tatoveringer, piercinger eller større tandlægearbejde</b> fx fyldninger. Dette skyldes at der i forbindelse med disse indgreb kan danne sig bakterier i blodet.
21 dage/ 3 uger før operationen	Hvis du får <b>vægtreducerende medicin</b> fx WegoVy skal du holde pause 3 uger inden operation.  Du kan genoptage behandlingen lige efter operationen. Pausering gælder kun hvis operationen skal foregå i fuld bedøvelse.
7 dage før operationen	Hvis du tager <b>naturlægemidler</b> , der kan påvirke blodets evne til at størkne fx Q10, fiskeolie, Baldrian, Ginseng, Ginko, hvidløgpulver / ingefær eller E-vitamin, skal du holde pause med dette.  Du kan genoptage behandlingen en uge efter operationen.

<p>3 dage før operationen</p>	<p>Hvis du tager <b>lægemidler</b>, der indeholder acetylsalisylsyre (Magnyl, Asperin m.fl.) skal du holde pause med dette.</p> <p>Du må <b>ikke</b> stoppe med at tage hjertemagnyl eller anden blodfortyndende medicin (Clopidogrel, Marvan m.fl) uden at have konfereret det med ordinerende læge. Hvis der kan pauseres med Clopidogrel er det i <b>5 dage</b> før operationen.</p> <p>Du kan genoptage behandlingen 3 dage efter operationen.</p> <p>Hvis du tager <b>gigtmedicin</b> (Ibuprofen, Naproxen, Diclofenac etc.) skal du holde pause i 3 dage evt. efter aftale med din praktiserende læge eller reumatolog.</p> <p>Du kan genoptage behandlingen lige efter operationen.</p>
-------------------------------	--

## Tjekliste før operationen

- Køb Paracetamol a 500mg til en uges forbrug
- Det er en god ide at købe ind og lave mad til en uge, så du kun skal koncentrere dig om at restituere efter operationen.
- Aftal med en pårørende, at du bliver hentet efter operationen og passet de næste 24 timer. Du må ikke selv føre bil, men gerne køre med som passager.

## Faste før operationen **hvis** du skal i fuld bedøvelse

Generelt gælder disse regler:

- Er dit mødetidspunkt inden kl. 12.00, skal du faste fra kl. 00.00 natten til din operationsdag. Det vil sige, at du ikke må spise, drikke, ryge eller tygge tyggegummi derefter.
- Er dit mødetidspunkt efter kl. 12.00, skal du faste 6 timer før mødetidspunktet. Det vil sige, at du ikke må spise, drikke, ryge eller tygge tyggegummi derefter.

- Vi anbefaler dog, at du drikker 1-2 glas TYND SAFT eller VAND, altså klare væsker, indtil 2 timer før dit mødetidspunkt, ikke noget andet.
- "Klare væsker" betyder, at væsken skal være helt gennemsigtig – ingen mælk, ingen smoothies, ingen proteinshakes. Det er fordi selv små mængder fedt eller fibre kan ligge tungere i maven og tage længere tid at fordøje.

## På operationsdagen

- På operationsdagen skal du hjemmefra tage et brusebad med grundig sæbevask af krop og hår. Undlad at bruge creme på det område, der skal opereres.
- Klæd dig i løst behageligt tøj, gerne bluse med lynlås og flade sko.
- Smykker og evt. piercinger tages af og efterlades hjemme.

På operationsdagen møder du kirurgen, som gennemgår dagens forløb med dig, og sikrer, at du får svar på evt. spørgsmål. Lige før operationen vil kirurgen tegne på det område, der skal opereres.

Du taler også med vores narkosepersonale før operationen.

Har du pårørende med på operationsdagen, kan disse vente i vores lounge, men kan ikke komme med ind på operationsstuen eller opvågningsafsnittet.

## Operation og bedøvelse

Langt de fleste ar-korrektioner foregår i lokalbedøvelse, men nogle gange kan arret være så stort, at det kræver fuld bedøvelse. Ved forundersøgelsen vurderer plastikkirurgen, hvilken form for bedøvelse du har brug for.

Hvis du har brug fuld narkose vurderer plastikkirurgen om du, af helbredsmæssige årsager, skal tilses af vores narkoselæge inden selve operationsdagen. Er du sund og rask, møder du først narkoselægen på selve operationsdagen, hvor han/hun vil informere dig om bedøvelsesformen, spørge ind til tidligere og nuværende sygdomme, medicin, allergi og tidligere operationer.

Skal du opereres i lokalbedøvelse, kan du blive tilbudt en beroligende pille inden operationen.

Operationen foregår ved, at man fjerner det gamle ar og dermed laver et nyt. Det gamle ar kan være begrænset til huden, men af og til involverer det også dybere liggende strukturer og det kan have den effekt, at det gamle ar trækkes ned. I disse tilfælde er det nødvendigt, at fjerne den del af arret der går i dybden, for at få en jævn hudoverflade.

Operationstiden kan være meget forskellig og afhænger af arrets størrelse og kompleksitet.

I sjældne tilfælde kan det blive nødvendigt at anlægge et lille dræn, der kan suge blod og vævsvæske. Drænet fjernes oftest dagene efter operationen.

## Efter operationen

Der er visse forhold, der øger risikoen for blodpropper særligt i benene og lungerne i forbindelse med kirurgi. Derfor anbefales nogle kunder at få en forebyggende indsprøjtning med et blodfortyndende stof på opvågningsafsnittet.

Hvis indgrebet er foregået i lokalbedøvelse, må du forlade klinikken umiddelbart efter. Hvis indgrebet er foregået i fuld bedøvelse, observerer sygeplejerskerne dig på opvågningen i nogle timer.

Før du bliver udskrevet, vil du blive tilset af plastikkirurgen, der har foretaget din operation. Sammen med sygeplejersken vil han sikre sig, at du har fået svar på alle dine spørgsmål.

Du får udleveret et akut telefonnummer til kirurgen til brug ved eventuelle akutte opståede problemer.

Vores opvågningsafsnit er et fællesafsnit for alle operationspatienter, du ligger således ikke alene, og derfor kan der heller ikke være pårørende til stede på afsnittet.

**Udskrivelse:** Du bør ikke være alene det første døgn efter bedøvelsen og bør blive hentet af en pårørende, som kan hjælpe til det første døgn efter operationen.

Du kan blive hentet efter ca. 2 timer efter operationen er afsluttet. Samlet set vil du være hos os i ca. 5 timer.

## De første dage efter operationen

**I gang igen:** Af hensyn til dit generelle velbefindende og for at forebygge dannelse af blodpropper, er det vigtigt at du hurtigt kommer på benene igen efter operationen, men også at du får hvilet, så kroppen får mulighed for at hele.

## Anbefalinger efter arkirurgi

**Arbejde/løft:** Afhængig af arbejdets karakter, er langt de fleste patienter i stand til at genoptage arbejdet efter få dage. De første 2 uger efter operationen anbefaler vi, at du er lidt forsigtig hvad angår tunge løft.

**Bilkørsel:** Du kan køre bil, når du igen kan reagere helt normalt i enhver situation.

**Cremer:** Vent med at bruge cremer på arrene til de er fuldstændig helede og uden sår.

**Motion:** Du kan gå ture og cykle (ikke spinning), når du har lyst. Men vi anbefaler, at du tager det yderst med ro de første par dage. Vi anbefaler også, at du venter med løb og anden sport til 4 uger efter operationen.

**Svømmehal /havbad/ sauna:** Du skal vente med at gå i svømmehal, sauna og bade i havet indtil dine der ikke er sårskorpe på dine ar mere og de er helet helt op.

**Sollys:** Undgå direkte solesponering på arrene de første 12 måneder efter operationen.

Undgå **alkohol og rygning** i 4 uger.

**Øvrige forholdsregler:** Det er vigtigt, at du følger de anbefalinger opvågnings-sygeplejersken giver dig.

## Komplikationer

Alvorlige komplikationer er meget usædvanlige, men ved alle kirurgiske indgreb er der en risiko. Der kan være store variationer i den enkelte persons anatomi og evne til at hele, og resultatet er aldrig 100 % forudsigeligt, mulige komplikationer kan være:

- **Hæmatom** (blodansamling sker hos 3 – 4%) under huden, som eventuelt skal fjernes af kirurgen.
- Ved operation i ansigtet kan der forekomme **skader på de nerver**, som kontrollerer ansigtsmusklerne (sædvanligvis midlertidige).
- **Infektion**, sker hos under 1%.
- **Reaktioner på bedøvelsen.**
- **Nedsat følesans.** Kan være permanent eller midlertidig.
- **Ar som er mindre pæne.** Dårlig heling af huden rammer oftest rygere. Dette kan mindskes ved at holde op med at ryge min. 6 uger før og 4 uger efter operationen.

## Hvad skal du være opmærksom på?

**Infektion:** Du skal være særlig opmærksom på tegn på infektion i form af feber, varme, hævelse og rødme. Mål gerne din temperatur, før du evt. kontakter os.

**Forstoppelse:** Noget af den medicin du får i de første par dage, kan give forstoppelse, derfor er det vigtigt, at du bevæger dig, drikker rigelig med væske og spiser fiberrigt.

## Genoptagelse af arbejde

De fleste, der er blevet opereret, er tilbage på arbejdet indenfor en uge, afhængig af omfanget af operationen og arbejdets karakter. Vi kan desværre ikke hjælpe dig med en sygemelding.

## Efterforløb og kontrol

Du får udleveret en kontroltid på operationsdagen.

- Den første kontrol vil være efter 10–14 dage hos vores sygeplejerske
- Den afsluttende kontrol hos kirurgen vil være efter ca. 3–6 måneder.

Du er velkommen til at tage en ven eller et familiemedlem med til kontrollen. Børn må desværre ikke være med ved kontrollen.

## Har du spørgsmål eller vil du læse mere?

Du er også velkommen til at ringe til klinikken på tlf. 70 27 57 57.

På vores hjemmeside vil du ligeledes kunne finde svar på mange spørgsmål.