

Patientinformation om maveplastik

Formål/definition: Løst maveskind kan have flere årsager. Det kan fx skyldes et større vægttab, graviditeter eller blot alder. Årsagen til den løse hud skyldes ofte, at huden har været udstrakt i en sådan grad, at den ikke kan trække sig sammen igen, ligesom løs hud ikke kan trænes væk.

Har du som kvinde endnu ikke fået de børn, du ønsker, kan operationen alligevel udføres med succes, men du skal forberede dig på, at maven igen vil ændre form, som den næsten altid gør efter en graviditet.

Operationstyper: Der findes to typer maveplastik en lille (også kaldet nedre) og en stor. Har man kun generende løs hud fra navlen og ned, kan man nøjes med at løsne og opstramme dette område. Derfor får man ikke et ar omkring navlen. Det er en noget mindre sårflade der skabes ved denne operation end ved den store maveplastik, hvorfor man som regel ikke får dræn. Desuden kommer man efter den lille/nedre maveplastik hjem samme dag og man er hurtigere ovenpå igen. Har man også løshed af huden ovenfor navlen, må man løsne hele maveskindet for at få det strammet op. Derfor får man ved denne operation et ar omkring navlen også. Det giver også muligheden for at stramme op i mave-musklerne, hos dem hvor det er nødvendigt. Ved den store maveplastik får man dræn, er indlagt i klinikken natten over og det efterfølgende helingsforløb er mere langvarigt.

I nogle tilfælde kombineres operationen med fedtsugning. Kirurgen vil vejlede dig om dette ved forundersøgelsen.

Arrets placering: Fælles for en lille og en stor maveplastik er arret nedadtil på maven, som vanligvis strækker sig fra hoftekam til hoftekam. Så vidt muligt lægger man arret så lavt, at det efterfølgende kan dækkes af bukse-/trussekanten.

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.

Overordnet set kan der være behov for en lille (også kaldet nedre) eller en stor maveplastik. Hos nogle skal indgrebet kombineres med en fedtsugning, hvis man stadig har meget fedt på maven. Hos andre vil man anbefale yderligere vægttab før operationen planlægges.

Kirurgen vil undersøge din mave og vurdere om fx graviditet har forårsaget slap bugvæg. Ud fra dine forventninger og kirurgens anbefalinger planlægger I sammen din operation.

Ved forundersøgelsen foretager kirurgen også en faglig og helbredsmæssig vurdering 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 rygning/E- cigaretter . 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 alkohol .
30 dage før og efter operationen	Undgå at få lavet tatoveringer, piercinger eller større tandlægearbejde 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 vægtreducerende medicin fx WegoVy skal du holde pause 3 uger inden operation. Du kan genoptage behandlingen lige efter operationen.
7 dage før operationen	Hvis du tager naturlægemidler , der kan påvirke blodets evne til at størkne fx Q10, fiskeolie, Baldrian, Ginseng, Ginko, hvidløgspulver / ingefær eller E-vitamin, skal du holde pause med dette. Du kan genoptage behandlingen en uge efter operationen.
3 dage før operationen	Hvis du tager lægemidler , der indeholder acetylsalisylsyre (Magnyl, Asperin m.fl.) skal du holde pause med dette. Du må ikke 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 5 dage før operationen. Du kan genoptage behandlingen 3 dage efter operationen. Hvis du tager gigtmedicin (Ibuprofen, Naproxen, Diclofenac etc.) skal du holde pause i 3 dage evt. efter aftale med din praktiserende læge eller reumatolog. Du kan genoptage behandlingen lige efter operationen.

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/ dagen efter operationen og passet de næste 24 timer. Du må ikke selv føre bil, men gerne køre med som passager.

Faste før operationen

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.

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

En maveskindsoperation foregår i fuld bedøvelse, hvilket vil sige, at du sover under hele indgrebet.

Operationen varer ca. 2-3 timer.

Umiddelbart før operationen vil kirurgen tegne på din mave, så han præcis ved, hvor han skal lægge incisionen (dér, hvor man skærer).

Derefter vil narkoselægen bedøve dig, og operationen vil gå i gang. Den overskydende hud skæres væk. Og væv og hud syes sammen. Der vil efter operationen samle sig en del væske og blod i det opererede område, og det er derfor nødvendigt at lægge et lille dræn ud gennem huden. Drænet fjernes efter 24 timer, hvis der har været normal blødning. Der lægges en sugende forbindelse på såret.

Ved nedre maveplastik tager man typisk hjem efter ca. 2 timer i opvågningen, mens man efter en stor maveplastik er indlagt på klinikken natten over.

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.

For langt de flestes vedkommende er dette indgreb forbundet med moderate **smarter**. Smarterne vil du kunne afhjælpe ved at tage tablet Panodil 500 mg 2

stk., 4 gange dagligt. I nogle tilfælde vil du have behov for stærkere smertestillende piller, som du vil få udleveret på klinikken.

Hvis du har fået foretaget en lille maveplastik, er det ikke nødvendigt at være indlagt. Du skal dog altid forblive på vores opvågning i nogle timer efter operationen, indtil du er frisk efter narkosen og klar til at tage hjem.

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.

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

Ved en stor maveplastik bliver du først udskrevet dagen efter operationen.

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 Du at du får hvilet, så kroppen får mulighed for at hele.

- Der vil forekomme en let sivning fra såret de første dage.
- Dagen efter operationen, vil du få skiftet forbindingen.
- De første 3 dage må du ikke tage bad, derefter kan du gå i bad, når du har lyst. Undlad at bruse direkte på forbindingen. Du kan for eksempel klistre en plasticpose over forbindingen, så den ikke bliver våd.

- Du skal gå foroverbøjet i den første uge efter operationen.
- Du må ikke sove på maven i de første 14 dage efter operationen.
- Du skal have dit hofteled bøjet, når du ligger ned og sover for at undgå, at der kommer for meget spænd i trådene, så de går op.
- Du bør vente med hårdt arbejde og med at dyrke sport i ca. 3 uger. Start derefter langsomt op igen.

Anbefalinger efter maveplastik

I begyndelsen vil maven være lidt hård og måske en anelse væskefyldt. Dette vil aftage med tiden.

Du kan forvente, at din mave vil være smertefri efter ca. 3 uger, mens fastheden kan tage måneder om at forsvinde. En gang imellem kan sår og eventuelle blå mærker vare i op til 3 uger.

Du vil formentlig fokusere meget på dit ar og det er ikke unormalt, at føle sig lidt deprimerede i den første tid. Efter ca. 3 uger vil du se og føle dig bedre tilpas. Hvis du i forvejen har gjort dig klart, at resultatet ikke fremtræder umiddelbart efter operationen, vil du hurtigere blive glad for din maveskindsoperation.

Arbejde/løft: Afhængig af arbejdets karakter, er langt de fleste patienter i stand til at genoptage arbejdet efter 1-3 uger. De første 3-5 uger efter operationen anbefaler vi, at du er 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.

Svømmehal /havbad/ sauna: Du skal vente med at gå i svømmehal, sauna og bade i havet i minimum 4 uger og 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:

- Reaktioner på **bedøvelsen**
- **Infektion**, hyppighed under 1%, behandles sædvanligvis med antibiotika.
- Det er helt almindeligt, at der opstår **føleforstyrrelse** af operationsområdet efter operationen. Oftest er der tale om nedsat følelse, men enkelte oplever også mere følelse, hvilket kan være ubehageligt. Føleforstyrrelser er oftest forbigående og aftager i løbet af nogle måneder. Der er dog risiko for at man kan miste følelsen permanent. Der findes ikke tal for denne risiko, men det er sjældent.
- **Blødning** og deraf hæmatom, der er en blodansamling under huden, som eventuelt skal fjernes af kirurgen, hyppighed 3-4%. Risikoen for dette er større ved den store maveplastik og er en af grundene til at man får dræn og er indlagt natten over.
- **Sårdannelse** og dårlig blodcirkulation i huden ved arret.
- **Serom** 1 %. En væskeophobning, der behandles med antibiotika og i nogle tilfælde udtømmning ved kirurgisk indgreb
- **Hævelse**
- **Trådene kan gå op** og dermed åbne operationssåret. Det vil ofte være nødvendigt at lukke operationssåret igen eller der kan være behov for længerevarende sårbehandling.
- **Nekrose**, vævsdød af navlen eller hud på maven. Ekstrem sjælden komplikation.
- **Keloid**, brede og tykke ar
- **Blå mærker** – kan vare i flere uger. Forsvinder helt igen.

På grund af det store træk, der vil blive i arret efter en maveskindsoperation, kan man risikere, at arret bliver bredt efter nogen tid. Dette kan opereres om igen i lokal-bedøvelse efter ca. ½ år. Dårlig opheling rammer oftest rygere. Derfor er det afgørende at du er holdt op med at ryge 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 1-3 uger, 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. 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.