



PROF. DR. MED. CHARLOTTE

HOLM MÜHLBAUER

PLASTISCHE UND ÄSTHETISCHE CHIRURGIE

Postoperative Verhaltensregeln nach einer Brustverkleinerung/Straffung

Sehr geehrte Patientin,

Um einen komplikationslosen Heilungsprozess zu unterstützen und ein optimales Ergebnis zu erzielen, ist es dringend erforderlich, dass Sie folgende postoperative Anordnungen befolgen. Bei Unklarheiten oder Problemen wenden Sie sich bitte an den diensthabenden Arzt der chirurgischen Station in der ATOS-Klinik. Wir sind unter der Telefonnummer 089 20 4000 146 rund um die Uhr telefonisch erreichbar.

Nach der Operation ist es wichtig, sich ausreichend Ruhe und Erholung zu gönnen. Vermeiden Sie anstrengende Aktivitäten und heben Sie keine schweren Gegenstände. Planen Sie für die ersten Tage nach der Operation jemanden ein, der Ihnen im Haushalt hilft.

Schwellung und Schmerzen: Ihre Brüste werden in den ersten Tagen empfindlich und geschwollen sein. Kühlende Maßnahmen können helfen, die Schwellung zu verringern. Leichte Schmerzen im Wundgebiet sind normal und können in der Regel durch Medikamente gut behoben werden. Unmittelbar postoperativ können die Arme für eine bequemere Haltung auf Kissen gelagert werden. Schlafen sollten Sie ausschließlich auf dem Rücken; Drehungen zur Seite oder Schlafen auf dem Bauch gefährden das Operationsergebnis. Blutergüsse und Schwellungen vergehen zum größten Teil innerhalb der ersten zwei Wochen. Bei manchen Patienten kann die Abschwellung länger dauern; eine leichte Schwellneigung kann- insbesondere bei warmer Witterung- noch einige Monate bestehen.

Verband und Drainagen: Unmittelbar nach Ende der Operation ziehen wir ihnen einen besonderen Kompressions-BH an; der soll helfen, Schwellungen zu reduzieren und die Brust während der Heilungsphase zu stützen. Der Verband und die Drainagen dürfen nur von uns geöffnet und entfernt werden. Die Drainagen werden meist am ersten oder zweiten postoperativen Tag gezogen. Der Kompressions-BH sollte während der ersten 4-6 Wochen Tag und Nacht getragen werden. Danach müssen Sie ihn weitere 4 Wochen nachts tragen, tagsüber können Sie auf einen Sport-BH umsteigen. Bei Bedarf können Sie Ihren BH in lauwarmem Wasser waschen. Wir empfehlen, dass Sie sich einen zweiten Sport-BH zum Wechseln besorgen.

Körperhygiene: Duschen ist vor dem Ziehen der Fäden nur ab der Taille erlaubt; die Achseln können mit einem Waschlappen gewaschen werden. Haare sollten wie beim Friseur im Waschbecken mit dem Kopf nach hinten gewaschen werden.

Körperliche Aktivitäten: Bewegen Sie sich postoperativ viel, denn das ist die beste Thromboseprophylaxe. Leichte sportliche Aktivitäten wie Gehen und Radfahren können Sie ab der 2. postoperativen Woche wieder aufnehmen. Körperliche Anstrengungen, insbesondere Aktivitäten, die die Brüste und die Brustmuskulatur beanspruchen könnten, sollten in den ersten 6 Wochen unterlassen werden. Auch schweres Heben und Überkopfarbeiten sollten vermieden werden. Das Heben schwerer Lasten sollte auf 10 kg beschränkt werden.

Fadenziehen und Narbenpflege: Ca. 8-10 Tage nach der Operation werden die Fäden in der Praxis entfernt. Ab diesem Zeitpunkt können Sie sich komplett duschen. Meistens werden die Narben für die ersten Wochen mit Steristrips getaped, um eine bessere Narbenbildung zu gewährleisten. Danach wird mit der Narbenbehandlung angefangen, entweder mit Silikonarbensalbe oder mit Silikonarbenpflaster. Die Narben werden einige Monate lang verhärtet und rötlich erscheinen; danach werden sie nach und nach blasser und unauffälliger. Bei ungünstiger Abheilung besteht die Möglichkeit einer chirurgischen Narbenkorrektur nach frühestens 6-12 Monaten. Um Pigmentveränderungen zu vermeiden, sollten Sie die Narben mindestens 6 Monate nicht der Sonne aussetzen. Meiden Sie deswegen Sonne, Sauna und Solariumbesuche in den ersten 3 Monaten nach der Operation.

In der postoperativen Phase werden Sie von uns engmaschig betreut. Achten Sie immer auf Anzeichen von Komplikationen. Wenn Sie Symptome wie ungewöhnliche Schmerzen, starke Rötungen, Fieber oder Entzündungen bemerken, kontaktieren Sie sofort uns sofort.

Für weitere Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung und wünschen Ihnen eine gute Genesung

Herzlichst Ihre

Charlotte Holm Mühlbauer

+49 89 / 20 4000 205

praxis@prof-holm-muehlbauer.de

www.prof-holm-muehlbauer.de