

Kirurgisk brynløft **- Det du SKAL vide**

Hvad sker der efter operationen?

Efter indgrebet bære du et kompressionsbind der presser på det opererede område. Det minder om et bredt elastisk hårbånd. Kompressionen skal bæres 24/7 den første uge og den efterfølgende uge skal den anvendes om natten.

Det første døgn anbefaler vi, at du køler området 10-15 minutter af gangen med 1 times mellemrum. Det kan være med kølemaske eller fx frosne ærter i et klæde. Du bør ligeledes spise og drikke koldt/tempereret. Lokalbedøvelsen virker i et par timer efter indgrebet og man har derfor sjældent meget ondt. Hvis operationen er foretaget i lokalbedøvelse er man som regel frisk nok til at komme hjem ca 30 minutter efter.

Hvordan skal jeg håndtere smerter?

Du får en smerteplan med hjem som instruerer dig i hvilken og hvor meget smertestillende medicin du skal tage. Vi giver medicin med til de første par dage, hvilket som regel er nok. Såfremt du har behov for yderligere smertestillende, kan vi udstede en recept, som kan benyttes på alle apoteker.

Kontrol, trådfjernelse og plaster?

Du møder til kontrol hos sygeplejersken 10-14 dage efter indgrebet. Efterfølgende møder du til en afsluttende kontrol hos vores plastikkirurg 3 måneder efter.

Det normale forløb/hyppige kilder til frustration (HKF)

Husk at det tager lang tid før det endelige resultat er opnået. Huden og hævelsen skal falde på plads, så du må have lidt tålmodighed.

Fysisk aktivitet: Det er vigtigt at du lytter til din krop og undgår at lave bevægelser der gør ondt. Det opererede område, skal helst holdes over hjertehøjde (hvis det er muligt), 24/7 de første dage efter operationen for at modvirke hævelse.

Må jeg dyrke sport?

Du kan gradvist begynde at træne IKKE-OPEREREDE områder af kroppen, efter 2-3 uger, f.eks på motionscykel. Undgå dog belastning af de opererede områder. Løb og vægttræning efter 4 uger. Start stille og roligt ud og øg vægt/intensiteten uge for uge. Hvis det opererede område bliver hævet og/eller spændt efter en træning er du gået for tidligt eller hårdt i gang, hold da en uges pause før du træner igen.

Må jeg køre bil?

Man skal kunne køre bil på forsvarlig vis. Dvs at dit syn og synsfelt skal være normalt og du må ikke være hæmmet i dine bevægelser pga af f.eks. smerter.

Hvornår kan jeg tage på arbejde?

Du kan forvente at genoptage stillesiddende arbejde efter 1-2 dage. Fysisk krævende arbejde kan genoptages efter 2-3 uger.

Må jeg gå i bad?

Du kan ikke fjerne kompressionsbandagen, den første uge. Du må gerne bade det du kan med bandagen på og den kan tørres med en hårtørrer eller lufttørre. Hvis ikke du ønsker at gøre bandagen våd, må du etagevaske dig, indtil der er gået en uge og du har fået

lov til at tage den af i forbindelse med badning. Plastret kan tåle at blive vådt, tør det med håndklæde eller hårtørrer.

Følgelivninger og risici

Arret i hårgrensen vil i de første måneder have tendens til at være voldformet. Arrerne er altid røde i de første 6-12 måneder efter indgrebet, men bleger altid af. Man kan opleve føleforstyrrelser og forbigående hårtab i huden i området omkring arret. I ekstremt sjældne tilfælde kan man få nervepåvirkning af nerven til den store pande muskel, som kan være permanente. Ved et hvert kirurgis indgreb, er der risiko for infektion, blødning og forlænget sårheling. Den statistiske risiko for dette, er 2-3 %.

Kan der opstå blødninger?

Det er helt normalt at der vil sive en anelse blod/væske fra arret i det første døgn efter indgrebet. Du får derfor lagt en sugende forbindelse på. Større blødninger er sjældne, men kan forekomme. Opstår sådan vil det kræve en ny operation, hvor blødningen stoppes. Du skal forvente at få blålig misfarvning og hævelse af området i den første uge efter indgrebet.

Hvad hvis der opstår infektion?

I sjældne tilfælde kan man udvikle infektion. I tilfælde af dette vil man behandle det med antibiotika. 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 indgrebet. Der kan ses forlænget sårheling i denne region, hvilket ikke nødvendigvis relaterer sig til en egentlig infektion.

Må jeg få sol?

Beskyt arret mod sollys vha. solcreme faktor 30 eller derover, særligt i det første år.