

*Mindre indgreb*  
*- Det du SKAL vide*

**Introduktion:** Ved mindre indgreb er der her tale om fjernelse af modermærker. Der er flere årsager til, hvorfor man vælger at få disse fjernet. Nogle får modermærket fjernet, fordi man har en historie med modermærkekræft, hvor andre får det fjernet, fordi modermærket har ændret udseende. Sammen med kirurgen gennemgår du dine ønsker til indgrebet, og herefter vil du undersøges for at finde ud af, hvilken behandling, der vil give det bedste resultat.

**Hvad sker der under operationen?:** Din behandling vil foregå med lokalbedøvelse og vil tage fra 30 minutter til en time. Du vil være bevidst om, hvad der sker, men du vil ikke opleve smerter. Der vil blive fjernet eventuel hudtumor og lidt ekstra hud omkring det uønskede modermærke. Arret kommer til at være så usynligt som muligt, og huden syes sammen med en tynd tråd.

**Tiden lige efter operationen:** I dagene efter operationen vil det behandlede område være hævet og ømt. Efter en uge vil bivirkningerne fortage sig.

**Smerter:** Du vil opleve, at lokalbedøvelsen vil virke i de følgende timer efter operationen. Derfor vil du få en panodilbehandling, så du kun vil opleve lette smerter.

**Kontrol, trådfjernelse og plaster:** Du vil efter operationen blive informeret, om der er anvendt selvopløselige tråde, eller om du skal have dem fjernet. Du vil modtage et tilbud om kontrol efter 7-10 dage, hvor vi undersøger, hvorvidt alt er, som det skal være og evt. fjerner tråde. Hvis du skal have fjernet trådene, skal du lade plasteret blive siddende på, indtil du kommer til trådfjernelse i klinikken. Hvis plasteret falder af, kan du med fordel benytte micropore tape. Du skal komme til 3-6 måneder efter operationen til en kontrol hos plastikkirurgen. Den præcise tid aftales ved udskrivelsen eller ved et senere opkald.

**Fysisk aktivitet:** Du skal lytte til din krops signaler. Forekommer der ubehag eller smerte, skal du undlade den aktivitet, der fremkalder smerten.

**Sport:** Du kan allerede dagen efter operationen gå små ture, men mere intens motion, såsom løb og cykling, skal du vente 2-3 uger med. Mere krævende sportsaktiviteter, såsom styrketræning, skal du vente med til 6-8 uger efter operationen.

**Pool/havbad:** Vent med at bade i pool og havvand indtil såret er helt helet.

**Sovestilling:** Det afhænger af, hvor indgrebet er foretaget på kroppen. Du vil få dette oplyst efter operationen.

**Bilkørsel:** Du vurderer selv, hvornår du kan køre bil igen. Det kræver, at du kan reagere optimalt i enhver situation. Så længe du har smerter, er det derfor ikke tilrådeligt at køre bil.

**Sol:** Beskyt arret mod sollys i det første år. Påfør solcreme faktor 50+ arret, når du udsætter arret for sol.

**Arbejde:** De fleste vil kunne genoptage arbejde dagen efter operationen. Ved fysisk krævende arbejde vil det være en god ide at vente 1-3 dage med at genoptage det.

**Bad:** Dagen efter operationen kan du brusebade. Hvis du har plaster på, kan du blot lade dette blive siddende og efterfølgende duppe det tørt med et håndklæde.

**Føleforstyrrelser:** Når du bliver opereret, vil der ske en påvirkning af følesansen. I månederne efter operationen kan der forekomme føleforstyrrelser, såsom prikken og stikken, i arrene. Dette vil forsvinde i takt med gendannelsen af følesansen. Der kan dog være små områder med permanent tab af følesans.

**Blødning:** Blødning efter operationen forekommer sjældent. Hvis dette sker, skal du i første omgang forsøge at stoppe blødningen med hvile og placere noget koldt på området. Hvis dette ikke stopper blødningen, skal du kontakte klinikken.

**Infektion:** En infektion ses sjældent, men kan ikke udelukkes. Dette vil kræve en antibiotika behandling. Du bør selv holde øje med, om der opstår infektion. En infektion vil typisk være synlig efter 1-2 uger, hvor der opstår rødme og hævelse med tiltagende smerter og feber.

**Ar:** Operationen vil efterlade ar, som i nogle tilfælde kan være røde og hævede. Arret bliver ofte pænt, men meget få vil udvikle et skæmmende ar.