

COSMETIC SURGERY

Slapt maveskind

Abdominalplastik

Med alderen mister huden langsomt sin elasticitet. Dette gælder også huden på maven. Både mænd og kvinder kan efter et større eller mindre væggtab opleve, at huden hænger slapt på hele eller nedre del af maven. Kvinder er særligt udsatte i forbindelse med graviditet, hvor både huden og bugmusklerne kan miste noget af spændstigheden.

Disse forandringer kan korrigeres ved en operation, hvor den overskydende hud fjernes, og bugmuskulaturen eventuelt strammes op.

Slaphed af huden og/eller bugmuskulaturen skal være af et vist omfang, før vi kan anbefale en operation. Operation for slapt maveskind kan generelt inddeles i tre typer, som varierer i omfang og dermed henvender sig til forskellige grupper.

Miniabdominalplastik: En mini abdominalplastik er den mindst omfattende af de tre operationer og kan nogle gange udføres i lokal bedøvelse. Her opstrammes huden kun på den nedre del af maven. Den typiske kandidat til en miniabdominal plastik har derfor udelukkende løs hud på maven under navleniveau.

Abdominalplastik: Ved en abdominalplastik foretages der en opstramning af huden på såvel den øvre som den nedre del af maven. Denne operation anbefales til personer med løs hud på maven både over og under navleniveau.

Abdominalplastik med opstramning af bugmuskulaturen (rectusplastik): Den er velegnet til personer med løs hud både over og under navleniveau samt en frembuling af bugmuskulaturen.

Forbehold

Overvægtige

Fedtvæv har en dårligere blod forsyning sammenlignet med hud og muskulatur. Det er derfor vigtigt, at du ikke er overvægtig forud for denne type operationer. Generelt bør dit BMI være under 27, før vi kan anbefale en operation for slapt maveskind.

Er dit BMI over 27, er det således ikke sikkert, at vi kan tilbyde dig en operation.

Tidligere opereret på øvre del af maven

Når huden på maven skal strammes op, er man afhængig af blodforsyningen oppefra. Dette betyder, at personer, som tidligere har fået foretaget større kirurgiske indgreb på den øvre del af maven, eventuelt må frarådes denne type kirurgi. Den endelige afgørelse beror dog på en individuel vurdering.

Forundersøgelse

Inden beslutningen om en operation for slapt maveskind kommer du til en forundersøgelse hos en af vores plastikkirurger.

Vi anbefaler, at du læser denne vejledning før konsultationen og skriver dine spørgsmål ned, så du husker at stille dem ved forundersøgelsen.

Det kan være en god idé at tage en ven eller et familiemedlem med til forundersøgelsen, da der er mange informationer at forholde sig til. Det er vigtigt, at du føler dig tryk.

Ved forundersøgelsen taler I om dine ønsker og plastikkirurgen undersøger dig. Ud fra dette forklarer plastikkirurgen dig om mulighederne, og sammen beslutter I, om en operation er det rette for dig.

Du bliver grundigt informeret om indgrebet, forventet forløb efter operationen samt mulige bivirkninger og komplikationer.

Forventninger

Resultatet af kosmetisk kirurgi er ikke varigt. Kroppens naturlige aldring fortsætter og vil med tiden ændre resultatet. Hvor hurtigt kroppen ældes er individuelt og afhængig af bl.a. arvelige faktorer, rygning og solpåvirkning. Derudover er det vigtigt at huske, at operationen er forbundet med en vis risiko for komplikationer (se sidst i folderen) og at slutresultatet ikke altid kan leve op til dine og plastikkirurgens forventninger og ønsker.

Er du meget over/undervægtig, er der øget risiko for komplikationer ved bedøvelse og sårheling.

Det endelige resultat af operationen kan du først se efter 1 år.

Booking af operation

Forundersøgelsen hos plastikkirurgen er naturligvis uforpligtende. Det betyder, at du har mulighed for at fortryde, og du kan gå hjem og overveje situationen, før du beslutter, om du ønsker en operation for slapt maveskind. Ifølge loven om kosmetiske behandlinger kan du ikke blive opereret før 1 uge efter forundersøgelsen.

Du kan enten booke en tid i receptionen med det samme eller senere kontakte os, så finder vi sammen en tid til operation.

Forberedelse

Vi anbefaler, at du inden operationen igen har læst denne folder samt folderen "Generel vejledning i forbindelse med din operation".

Faste

Operationen foregår i fuld bedøvelse, og du skal derfor møde fastende til operationen med mindre, at du har aftalt noget andet med plastikkirurgen til forundersøgelsen.

Pause med medicin

Se angående dette i folderen "Generel vejledning i forbindelse med din operation" eller "Vanlig medicin i forbindelse med din operation".

Huden

En hel og velplejet hud inden operation sikrer en hurtigere og bedre heling af huden i efterforløbet. Det kan fx fugtgivende cremer bidrage til.

Dagkirurgi (ambulant) eller indlæggelse

Du må forvente at være indlagt natten over efter en abdominalplastik. Udskrivelsen sker næste dag efter morgenmaden. Ved en miniabdominalplastik i lokal bedøvelse kan du tage hjem lige efter operationen. Hvis der bliver givet beroligende og smertestillende medicin, skal du blive nogle timer til observation.

Operation

Mini-abdominalplastik

Operationen varer ca. 1½ time og foregår oftest i lokal bedøvelse. Ved en større lokalbedøvelse suppleres der med beroligende og smertestillende medicin, så du sover let under hele indgrebet.

Plastikkirurgen lægger et snit under den nedre del af maven fra lyske til lyske. Huden med det underliggende fedtvæv løsnes op til navleniveau, hvorefter overskydende hud og fedtvæv fjernes. Huden sys sammen i 3 lag for at sikre holdbarheden af det kirurgiske resultat. For at udtømme mindre blodansamlinger lægges der evt. et dræn (lille plastikslange) ud gennem huden.

Abdominalplastik

Operationen varer ca. 2½ time og foregår i fuld bedøvelse.

Plastikkirurgen starter med at lægge et snit på tværs under den nedre del af maven hen over skambenet fra hofte til hofte. Herefter løsnes hud og fedt op til brystbenet, og det overskydende hud og underhud fjernes.

Navlen løsnes fra den omgivende hud og genplaceres i den nye, planlagte placering.

Endelig sys huden under den nedre del af maven sammen i 3 lag for at sikre holdbarheden af det kirurgiske resultat. For at udtømme mindre blodansamlinger lægges der 1-2 dræn (små plastikslanger) ud gennem huden.

Abdominalplastik med rectusplastik

Udføres som en abdominalplastik, men suppleres med en opstramning af bugmuskulaturen.

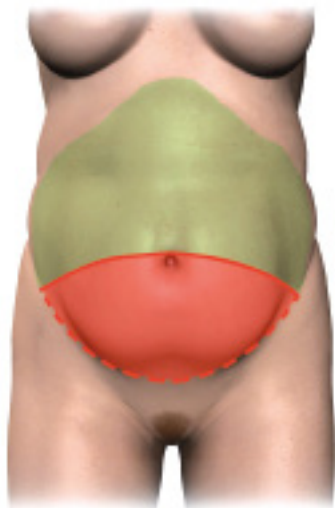
Gældende for alle abdominalplastik operationer

Der bliver lagt lokalbedøvelse i såret ved operationens slutning, du får tape på såret samt en stram komprimerende bandage/mavebælte på.

For at tilpasse de to hudlappers tykkelse til hinanden, foretages der undertiden en mindre, skånsom fedtsugning på den forreste del af maven.

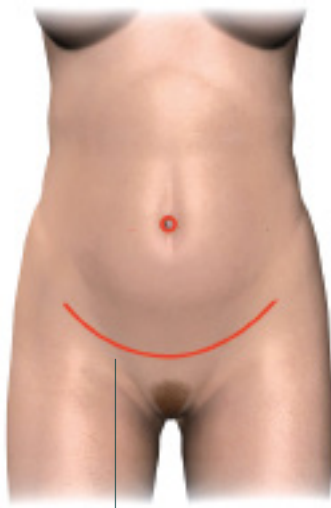


Mini-abdominalplastik

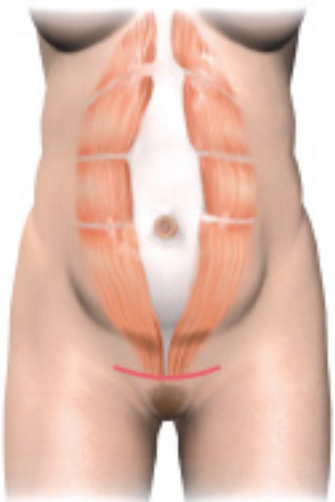


Abdominalplastik

Hud og fedtvæv i det røde område fjernes, mens hud og fedtvæv i det grønne område løsnes og strammes ned over hele maven.



Kirurgisk snit



Abdominalplastik med rectusplastik

Opstramning af mavemusklerne efter at overskydende hud og fedtvæv er løsnet som vist ovenfor.



Efter operationen

Efter operationen taler du med plastikkirurgen og sygeplejersken, som informerer om forholdsregler i tiden efter operationen og svarer på eventuelle spørgsmål.

I gang igen

Af hensyn til dit almene velbefindende og for at forebygge dannelsen af blodpropper, er det vigtigt, at du hurtigt kommer på benene igen efter operationen. Du skal ikke ligge i sengen, men gå stille omkring og hvile dig indimellem.

Den første uge efter operationen skal du være forsigtig og undgå træk i såret. Hvis huden er blevet strammet meget sammen, anbefaler vi, at du ligger med let bøjede ben i sengen og går i en let foroverbøjet stilling.

Smerter

Du må forvente, at der er smerter efter operationen, og du har derfor behov for smertestillende medicin.

Sivning fra sår

Der kan komme lidt sivning fra såret. Det er helt almindeligt og kræver ikke behandling. En sugende forbindelse eller bind kan opsuge dette.

Dræn

Har du fået dræn, bliver det for det meste fjernet, inden du går hjem, men det er muligt, at du skal beholde det nogle dage og komme i ambulatoriet og få det fjernet.

Efter udskrivelsen

Smerter

I de første uger vil der være smerter og ømhed i operationsområdet og mavemuskulaturen, og du kan derfor have brug for smertestillende håndkøbsmedicin. Enkelte har behov for stærkere smertestillende medicin, hvis der er foretaget en opstramning af bugvæggen. I op til 3 måneder efter operationen kan du opleve en stramning, når du bruger mavemuskulaturen.

Hævelse

Hævelsen kan vare op til 3-4 måneder.

Tråde og opfølgning

Efter 10-14 dage kommer du til opfølgning hos en sygeplejerske i ambulatoriet. Tapen bliver taget af, og vi ser til arret. Du skal ikke have fjernet tråde, da såret er syet med tråde, der forsvinder af sig selv. Der kan evt. være et par knudeender fra trådene, som bliver klippet af. Vi taler om, hvordan du skal forholde dig fremover i forhold til arrene, eventuelle smerter m.m.

Du vil blive tilbudt en tid til opfølgning hos plastikkirurgen 3-6 måneder efter operationen. Du skal selv ringe ind og aftale en tid. Hvis du får problemer inden, er du selvfølgelig altid velkommen til at kontakte os.

Brusebad og hårvask

Dagen efter operationen må du gerne tage brusebad og vaske hår, med mindre du har dræn eller det giver smerter.

Skyl såret grundigt med rent vand til slut, især i navlen. Tapen beholder du på og klistereffekten holder efter brusebad.

Tape (micropore)

Du har tape på efter operationen. Det skal sidde på, indtil du kommer til opfølgning hos sygeplejersken efter 10-14 dage.

Vi anbefaler derefter, at du anvender tape hen over arrene de første 3 måneder efter operationen. Du skal kun skifte tapen en gang om ugen eller hver 2. uge. Du får tape med ved udskrivelsen, eller når du kommer igen. Du kan købe mere tape på apoteket.

Creme

Du må først bruge creme, når såret er tørt og uden sårskorper. I tiden hvor du bruger tape, skal cremen være optaget i huden, inden du sætter tape på.

Sollys

For at få så pæne ar som muligt er det vigtigt at beskytte arrene mod sollys og solarium de første 12 måneder efter operationen. Vi anbefaler beskyttelse af arrene med tape (micropore), tøj eller solcreme med min. solfaktor 15.

Arbejde

Du skal regne med at være arbejdsfri 2-4 uger efter operationen afhængig af arbejdets art. Såfremt der er lavet en opstramning af mavemusklerne, kan det være nødvendigt med arbejdsfri i op til 6 uger.

Bilkørsel

Du må ikke selv køre bil, før du kan reagere normalt i enhver situation. Du skal være ude af behovet for stærk smertestillende medicin. En sikkerhedssele skal altid anvendes, uanset om du er fører eller passager.

Mavebælte eller specialbukser

Inden du kommer op af sengen, får du et mavebælte eller et par stramme specialbukser på, som skal støtte maveskindet og fremme heling af såret. Bandagen skal du bruge i op til 3 måneder. Du aftaler med plastikkirurgen, hvad der gælder for dig.

Mavebæltet skal du bruge dag og nat i 3 uger, herefter om dagen de efterfølgende 3 uger. Herefter ved aktivitet i op til 3 måneder efter operationen. Det er vigtigt, at mavebæltet sidder korrekt. Det må ikke sidde for stramt, da det så kan snøre af for blodforsyningen til hud og underhud på maven. Sygeplejersken vil ved udskrivelsen vejlede dig i, hvordan du gør. Generelt skal mavebæltet kun sidde så stramt, at du uden besvær kan få din hånd ind under mavebæltet oppefra.

Du må tage mavebæltet/specialbuks af, når du er i bad, og hvis det skal vaskes.

Vi anbefaler, at du har noget bomuldsstof på under mavebæltet/specialbuks fx en undertrøje, da det er mere behagelig.

Aktivitet, motion og sport

Du må gå ture, når du har lyst. Såfremt du ikke har fået foretaget opstramning af mavemuskulaturen, kan du forsigtigt opstarte med cykling efter 2 uger og sportsaktiviteter i form af løb, fitness, gymnastik og kontaktsport efter 4-6 uger. Såfremt du har fået foretaget opstramning af mavemuskulaturen, anbefaler vi, at du venter til 3 måneder efter operationen.

Svømme

Du må svømme ca. 6 uger efter operationen men først, når der ikke er synlige sårskorper.

Løfte / bære

Vi anbefaler, at du max. løfter, hvad der svarer til 2 liter mælk i hver arm de første 6 uger efter operationen. Hvis der er foretaget opstramning af mavemuskulaturen må du foretage tunge løft efter 3 måneder.

Mulige bivirkninger og komplikationer

Ar

Arrene efter operationen vil typisk være røde og hævede, men dette fortager sig i løbet af 6-12 måneder.

Arrene vil med tiden ofte blive smalle og lyse, men hos enkelte kan arrene blive brede og mørkt pigmenterede.

Føleforstyrrelser

Efter operationen er der ofte føleforstyrrelser i operationsområdet, oftest med nedsat følesans i området under navlen og over skambenet. Føleforstyrrelsen forsvinder ofte efter 3-6 måneder, men kan hos nogle blive permanente.

Efterblødning

I sjældne tilfælde (under 1%) kan der efter operationen opstå en blødning. Dette kan kræve en ny operation. Efterblødning giver ofte misfarvning i ugerne efter, men ødelægger ikke det blivende resultat. Alle omkostninger i denne forbindelse dækkes af os.

I andre tilfælde kan der komme en blodansamling i løbet af nogle dage. Den forsvinder igen af sig selv. I sjældne tilfælde kan vi dog vælge at suge den ud med en nål.



Det
handler altid
om dig!

Book tid på
www.aleris-cosmetic.dk

Infektion

Ved al kirurgi kan der opstå infektion, og selv om dette er sjældent i forbindelse med abdominalplastikoperation (under 1%), kan det dog forekomme. Det kræver antibiotikabehandling. Tegn på infektion er rødme, varme, hævelse, dunkende smerter, almen påvirkning og evt. feber.

Hvis du ryger eller er overvægtig, er risikoen for infektion større.

Der kan ofte være rødme og lidt infektion omkring navlen i efterforløbet. Dette kræver sjældent antibiotisk behandling.

Væskeansamling

Der kan opstå væskeansamlinger i operationsområdet. Det forsvinder af sig selv igen. I sjældne tilfælde kan vi vælge at suge det ud med en nål.

Små sår

Hvis maveskindet er meget stramt, kan man se varierende grader af små sår eller defekter ved den nederste sammensyning. Disse heler ofte i løbet af nogle uger.

Vævsdød

Vævsdød efter operationen er sjælden, men kan forekomme. Vævsdød betyder, at huden mister sin blodforsyning og dør. Drejer det sig om overfladiske dele af huden, kan det ofte hele ved god sårpleje, men er der tale om dybere vævsskade, må det døde væv skæres bort. Vævsdød rammer oftest overvægtige, rygere og personer med udtalte strækmærker.

Hul på tarmen

I meget sjældne tilfælde, og især, hvis mavemusklerne er meget udtynkede, kan det ske, at der går hul på en tarm i forbindelse med sammensyning af musklerne.

Aleris Hospitaler - Vest

Aalborg

Sofiendalsvej 97
DK - 9200 Aalborg SV
Tlf. +45 3637 2750
aalborg@aleris.dk

Esbjerg

Bavnehøjvej 2
DK - 6700 Esbjerg
Tlf. +45 3637 2700
esbjerg@aleris.dk

Aarhus

Brendstrupgårdsvej 21 A, 1. sal
DK - 8200 Aarhus N
Tlf. +45 3637 2500
aarhus@aleris.dk

Herning

Poulsgade 8, 2. sal
DK - 7400 Herning
Tlf. +45 3637 2600
herning@aleris.dk

Aleris Hospitaler - Øst

København

Gyngemose Parkvej 66
DK - 2860 Søborg
Tlf. +45 3817 0700
kobenhavn@aleris.dk

Ringsted

Haslevvej 13
DK - 4100 Ringsted
Tlf. +45 5761 0914
ringsted@aleris.dk

www.aleris-cosmetic.dk

KQBJ30
KQBJ30B

Aleris Hospitaler ©

20. udgave marts 2022. Udarbejdet af LVM/LRB/JPE.

Revideres marts 2025. Godkendt af kvalitetsledelsen

