



# Patientinformation

## Abdominalplastik

## Indhold

ABDOMINALPLASTIK .....	3
Risici.....	3
Det endelige resultat .....	3
FØR DIN OPERATIONS DAG.....	3
Medicin .....	3
Ændringer i din tilstand .....	4
PÅ DIN OPERATIONS DAG .....	4
Inden du møder hos os.....	4
Medbring gerne og ifør dig .....	4
Pårørende .....	4
Når du ankommer.....	4
OPERATION OG OPVÅGNING.....	4
Bedøvelse .....	4
Operation .....	5
Opvågning/sengeafdeling .....	5
Information af sygeplejerske og kirurg .....	6
EFTERFORLØBET .....	6
Smerter når du kommer hjem.....	6
Forbinding.....	6
Sygeperioden.....	6
Uge 1.....	6
Uge 2.....	6
Uge 3.....	6
Hævelse og misfarvning .....	6
Ar .....	6
Hårgrænsen.....	7
Føleforstyrrelser .....	7
YDERLIGERE INFORMATION .....	7
Find vej.....	8
Parkering.....	8

# Velkommen til Adeas Privathospital

Du er skrevet op til en operation for slapt maveskind. Med denne pjece vil vi byde dig velkommen hos Adeas Privathospital, og fortælle dig lidt om, hvad du kan forvente.

Du vil et par dage inden din operation modtage en SMS med dit mødetidspunkt. Dette er tidspunktet for, hvornår vi forventer din ankomst og dermed ikke din operationstid.

Det er vigtigt, at du gennemlæser denne pjece inden din operationsdag.

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os på tlf. 88 77 40 00.

## ABDOMINALPLASTIK

Abdominalplastik er et kosmetisk indgreb, der opstrammer slapt maveskind, der især opstår efter stort vægttab og/eller graviditeter.

Formålet med operationen er at stramme maveskindet op og fjerne hudoverskuddet.

Er der slaphed af bugvægsmuskulaturen, strammes denne også op (bugvægsplastik). Navlen bevares. Operationen kan evt. kombineres med fedtsugning.

### Risici

Ved enhver operation er der risiko for komplikationer. Risikoen for komplikationer er dog sjældne (mindre end 2%). Dette kan dreje sig om operationskrævende blodansamling, infektion, vævstab, væskeansamlinger, blodprop i en vene i benet (for at nedsætte risikoen for dette, gives støttestrømper og evt. antikoagulerende medicin). Henvend dig til kirurgen eller hospitalet, hvis din tilstand pludselig ændres eller du får stærke smerter.

### Det endelige resultat

Forudsætning for et godt resultat er, at man ikke er overvægtig. Desuden skal rygning være ophørt 2 uger inden planlagt operation. Overvægt og rygning øger risikoen for komplikationer betydeligt.

Resultatet vil holde i mange år, men vævet vil selvfølgelig følge de almindelige aldersforandringer.

Lever resultatet ikke op til forventningerne, kan en ny operation komme på tale. Det er dog ikke i alle tilfælde muligt, at operere til et mere tilfredsstillende resultat.

## FØR DIN OPERATIONS DAG

Inden du kommer hos os, er der nogle praktiske ting, du kan ordne.

- Planlægge hvordan du kommer til og fra operationen. Det forventes, at du selv står for transport. Er du en offentligt henvist patient, skal du som udgangspunkt også selv sørge for transporten. Er du i tvivl om dine rettigheder, kan du kontakte Rådgivningen om Sygehusvalg på tlf. 38 64 99 00 (man, tirs, tors og fre fra kl. 10-12). Tryk 1 for kørsel.
- Efter en operation, anbefales ro. Det er derfor en fordel, hvis du har klaret en del af de praktiske ting i hjemmet eller aftalt, hvem der kan hjælpe med dette efterfølgende.

### Medicin

Som udgangspunkt skal du tage din vanlige medicin, som du plejer. Dette gælder blodtryksmedicin, fast smertestillende, psykofarmaka, binyrebarkhormon og medicin mod astma, KOL, epilepsi og kramper.

Blodfortyndende medicin og vægttabspræparater skal du dog holde pause med i følgende antal dage:

3 dage	Acetylsalicylsyre
5 dage	Clopidogrel
3 dage	Pradaxa, Xarelto og Eliquis
4 dage	Marevan
10 dage	Fiskeolie
7 dage	Wegovy og Ozempic

På operationsdagen holdes pause med sukkersygemedicin, vanddrivende, ADHD-medicin og vitaminer og kosttilskud.

Du vil efterfølgende få at vide, hvornår du skal genopstarte din medicin.

### Ændringer i din tilstand

Bliver du syg, ændres din vanlige medicin eller bliver du gravid, SKAL du kontakte os forud for dit indgreb.

### Hud

Rifter og sår i operationsområdet kan forøge risikoen for infektion. Det kan derfor betyde, at operationen udsættes. Kontakt os, hvis du er i tvivl.

## Fasteregler

Da du skal i fuld bedøvelse, er det vigtigt, at du er fastende. Dette betyder, at du:

- Indtil **6 timer** før mødetidspunktet må spise.
- Indtil **2 timer** før mødetidspunktet må drikke vand.

## PÅ DIN OPERATIONS DAG

### Inden du møder hos os

Tag gerne et bad hjemmefra. Undlad efterfølgende at smøre kroppen ind i creme.

Du må ikke have smykker eller piercinger på under operationen. Disse kan med fordel efterlades derhjemme. Det samme gælder andre værdigenstande.

### Medbring gerne og ifør dig

- Al din vanlige medicin.
- Mobiltelefon.
- Praktisk og løstsiddende tøj. Sko der er nemme at få på.

Desinfektionsmidlet er gult og smitter nemt af på tøjet. Tag venligst højde for dette ved påklædning.

### Pårørende

Din pårørende kan følge dig til receptionen på 2. sal. Af hensyn til de andre patienter, har vi som udgangspunkt ikke pårørende i opvågning, sengeafdelingen eller på operationsgangen. Hvis du af særlige årsager alligevel har brug for dette, aftales det på forhånd.

### Når du ankommer

Receptionen ligger på 2. sal. Her henvender du dig til receptionisten, og melder dit fremmøde. Har du mødetid kl. 7.30, tager du venligst bare plads i venteværelset. Du vises herfra og op på 3. sal, hvor vores lounge, opvågning og operationsgang ligger. Her skal du:

- Klæde om til hospitalstøj.
- Identificere dig med navn og CPR-nummer og have et ID-armbånd på.
- Have forebyggende smerte- og kvalmestillende medicin.
- Tale med kirurgen, hvor operationsområdet markeres.
- Tale med anæstesilægen om bedøvelsen. Oftest er dette aftalt dagen før.
- På toilettet.

## OPERATION OG OPVÅGNING

### Bedøvelse

Bedøvelsen planlægges hverdagen før din operation, hvor du kontaktes telefonisk. Er det ikke muligt at komme i kontakt med dig, indtales så vidt muligt en telefonbesked. Vi har forinden gennemgået din journal og spørger bl.a. ind til dit helbred, dine erfaringer med tidligere bedøvelser, hvilken medicin du tager til dagligt og om eventuelle allergier. Da operationen foregår i fuld bedøvelse, er det vigtigt, at du overholder fastereglerne beskrevet ovenfor.

Du lægges til at sove via et drop (en lille plastikslange) i hånden. Vi anvender lægemidler med få bivirkninger og kort virkningstid, som sikrer hurtig opvågning. Under operationen overvåges du af anæstesipersonale, som hjælper dig med at trække vejret. Dette foregår

via en lille blød plastmaske, som placeres i svælget eller et lille plastikrør, som føres ned i luftrøret. Dette foregår, mens du sover. Nogle patienter kan som følge heraf opleve lidt ømhed, hæshed eller irritation i halsen. Under hele din bedøvelse, vil du være tilknyttet overvågningsudstyr, således at vi kan holde øje med dit blodtryk, puls, iltmætning samt din hjerterytme.

#### Er det farligt at blive bedøvet?

Hvis man er sund og rask og bedøvelsen foregår under ordnede og kontrollerede forhold, er det ikke farligt at blive bedøvet. Vi stiller meget høje krav til sikkerheden under bedøvelsen. Hvis vi, efter nøje gennemgang af din journal og samtale med dig vurderer, at det er sikkert at bedøve dig til den planlagte operation, kan du være helt rolig.

#### **Operation**

Operationens varighed afhængig af omfang, men tager mellem 1-3 timer.

Der lægges et snit nedadtil på maven over kønsbenet udover hoftekammen afhængig af, hvor løs huden er. Navlestilken frigøres. Hud og underhud løsnes op til brystkassen. Overskydende hud og underhud fjernes. Samtidig foretages en bugvægsplastik, såfremt der er behov for dette (man strammer muskulaturen indvendigt fra brystkassen og ned til kønsbenet med en nylontråd). Til slut laves et nyt "hul" til navlen.

Afhængig af hudens slaphed, kan operationen evt. begrænses til, kun at gå til navlen, som så ikke påvirkes (lille maveskindsoperation). Omvendt kan operationen udstrækkes til at gå hele vejen rundt i talje niveau, for således også at fjerne evt. løs hud på den nedre del af ryggen og samtidig løfte ballerne.

Sårene syes forholdsvis stramt og dækkes med plaster. For at hindre betændelse, gives der antibiotika. Ved afslutning af operationen anlægges en høj, komprimerende bandage, i form af en buks med høj talje uden ben. Den lukkes med velcro og hæfter.

Når operationen er færdig, slukkes for sovemidlet, du vågner kort herefter og

overflyttes til opvågningen.

*I nogle tilfælde vil der være anlagt et dræn. Det betyder, at én eller flere små plastikslanger er tilsluttet maveregionen, og derved tillader overskydende væsvæske og blod at løbe ud i en pose.*

#### **Opvågning/sengeafdeling**

I opvågningen har du mulighed for at komme til dig selv efter operationen. Her holdes øje med dit blodtryk, puls og vejrtrækning. Desuden vil sygeplejersken spørge ind til smerter og kvalme.

Til vurdering af smerter bruges en numeriskskala, hvor du vurderer dine smerter fra 0-10.

0 er ingen og 10 de værst tænkelige smerter.



Det er ikke unormalt at opleve smerter efter en operation. Vores mål er, at dine smerter er til at holde ud, hvorfor vi i opvågningen justerer din smertebehandling herefter.

Når du opfylder kriterierne for afmontering af overvågning, fjernes denne og du overflyttes til sengeafdelingen, hvor du ofte skal være indlagt ind til næstkommende formiddag.

#### Forplejning

Der er fuld forplejning under indlæggelsen. Har du allergier eller behov for speciel kost, bedes du gøre opmærksom på dette i god tid inden din operation.

#### Mobiltelefon

Vi anbefaler, at du medbringer din mobiltelefon, så du og dine pårørende kan komme i kontakt med hinanden. Brug af telefon skal dog være med hensyntagen til de andre patienter.



## Information af sygeplejerske og kirurg

Inden du går hjem informeres du af kirurgen om indgrebet, fremadrettet plan og forholdsregler efter operationen. Du vil herudover modtage en samling af informationsmateriale, hvori der indgår en kopi af din operationsbeskrivelse, visitkort på din kirurg, lidt stærk smertestillende og ekstra plastre.

## EFTERFORLØBET

### Smerter når du kommer hjem

Der er normalt at opleve smerter de første dage efter operationen. Ømhed kan forventes i 2-5 uger afhængig af operationens omfang.

Du kan med fordel lægge ispakninger på operationsområdet 3-4 gange dagligt i 20 min ad gangen de første par dage.

Derudover er det en gode ide at lindre smerterne efter operationen ved at tage fast, mild, smertestillende medicin. Vi anbefaler, at du morgen, middag, aften og til natten tager.

2x 500 mg Paracetamol  
400 mg Ibuprofen\*

*\* Såfremt du har tendens til sure opstød eller mavesår, bør du undgå at tage Ibuprofen eller supplere med syreneutraliserende medicin.*

Som supplement medgives tablet Morfin 10 mg, som kan anvendes i tilfælde af, at dine smerter bliver uudholdelige.

Kirurgen lægger recept på apotekets server, hvis der vurderes, at du får behov for yderligere stærk smertestillende, end det medgivet. På samme server lægges der desuden recept på Paracetamol og Ibuprofen.

### Forbinding

Den påsatte forbinding skriftes som udgangspunkt kun en gang om ugen, såfremt at plasteret fortsat slutter tæt.

Vi fraråder karbad, svømmehal og havbadning indtil dagen efter stingene er fjernet.

## Sygeperioden

### Uge 1

Her er du i ro, men ikke egentligt sengeliggende. Du bør gå lidt rundt i hjemmet. Ingen rengøring, indkøb, længere madlavning og lign. Har du små børn, må du regne med hjælp til disse.

### Uge 2

Du lader gradvist dit aktivitetsniveau stige. Du kan foretage mindre gåture, mindre indkøb og mindre rengøring etc. Du kan begynde at køre bil.

### Uge 3

Du kan begynde at cykle og nærme dig dit almindelige aktivitetsniveau, bortset fra egentlig fitness, løb, sport mm. Disse aktiviteter bør du vente ca. 6-8 uger med at genoptage. Er der fortaget bugvægsplastik, skal tunge løft og træning af mavemusklerne undgås i 6-9 måneder.

Er du vant til at motionere meget, bør du nedsætte dit kalorieindtag, indtil du er oppe på fuldt aktivitetsniveau, for at undgå vægtøgning.

Maveskinnet tåler ikke kraftigere påvirkning de første 6-8 uger, hvorfor seksuelle aktiviteter bør indrettes herefter.

### Hævelse og misfarvning

Efter operationen vil huden være misfarvet og hævet i 2-3 måneder. Det endelige resultat kan først bedømmes efter 3-6 måneder.

### Ar

Arrene er permanente og er ofte noget bredere og højere placeret end ar efter kejsersnit, idet der er meget større træk på disse ar. Operationen efterlader et ar rundt om navlen, samt et ar horisontalt over kønsbenet.

Hvis huden før operationen er meget løs, efterlades i sjældne tilfælde tillige et vertikalt ar strækkende sig fra brystkassen og ned til kønsbenet.

Armodning tager ca. 18 måneder, og du bør undgå sol på arret det første år. Anvend evt. solcreme med høj faktor.

### **Hågrænsen**

Hågrænsen over kønsbenet kan være rykket lidt op, da der under indgrebet fjernet meget hud.

### **Føleforstyrrelser**

Der kan efter operationen være føleforstyrrelser i det opererede område. Oftest vil det dreje sig

om nedsat følesans i området under navlen og over kønsbenet. Føleforstyrrelserne vil typisk forsvinde efter 3-6 måneder, men kan hos enkelte patienter være permanente.

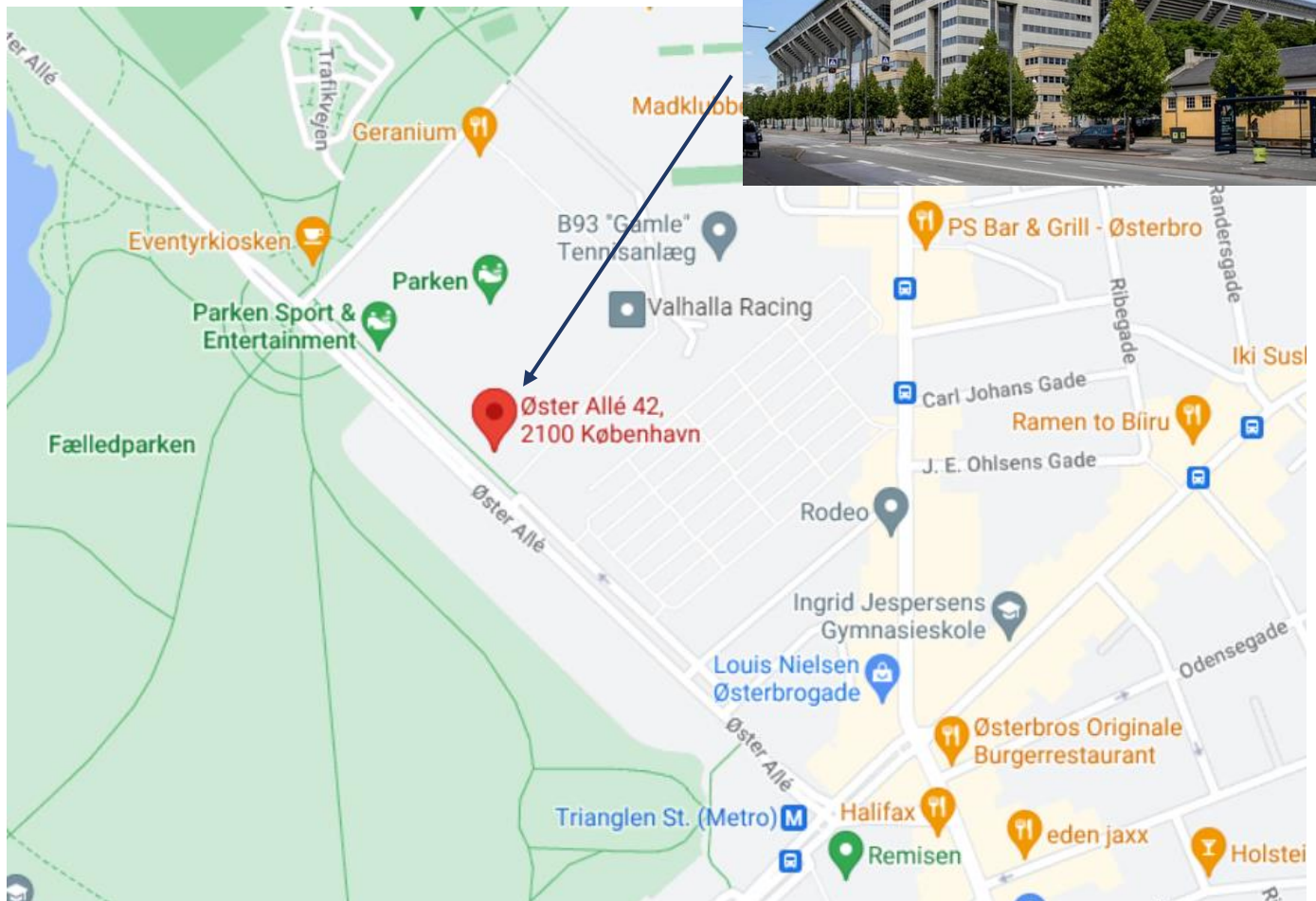
Efter den store maveskindsoperation vil der være permanente føleforstyrrelser lige over arret.

### **YDERLIGERE INFORMATION**

Ønsker du yderligere information, er du altid velkommen til at kontakte os på *tlf. 88 77 40 00*.

## Find vej

Øster Allé 42, 2. sal, 2100 København Ø



Hvis du skal hertil med offentlig transport, holder både bus og metro ved stoppestedet Triangeln station. Dette ligger ca. 500 meter fra Adeas Privathospital.

## Parkering

Hentes og/eller bringes du af pårørende i bil, er det muligt at parkere på Øster Allé og på parkeringsområdet omkring Parken mod betaling. Husk at betale for parkering via betalingsapp – se venligst skiltning (det er ikke muligt at købe P-billet ved standere).

Adeas' egne parkeringspladser er personaleparkering og kræver særlig licens.

Med venlig hilsen



Øster allé 42, 2 sal.  
2100 København Ø  
88 77 40 00  
info@adeas.dk  
www.adeas.dk