Adviezen na een borstoperatie door de plastisch chirurg

U bent aan uw borst(en) geopereerd door de plastisch chirurg. Voordat u naar huis gaat, krijgt u een afspraak mee voor de wondcontrole op de polikliniek Plastische chirurgie. Hieronder staan wat adviezen die bijdragen aan uw herstel na de operatie.

Wondgenezing

De huid rondom de wond kan een beetje verkleurd zijn (blauwe plek). Naar mate de wond geneest, zal dit afnemen. De littekens kunnen in de eerste maanden verdikt, rood en gevoelig zijn en strak aanvoelen. Na een aantal maanden zullen de zwelling en gevoeligheid afnemen en wordt het litteken in de meeste gevallen minder opvallend.

Algemene adviezen na een borstoperatie:

- U heeft een stevige BH aangekregen. Deze BH draagt u gedurende 6 weken dag en nacht. Bij het douchen mag deze even uit en daarna een half uurtje luchten. Het dragen van deze BH zorgt dat de borst goed wordt ondersteund, waardoor u vaak minder last heeft van de littekens en blauwe plekken.
- De hechtpleisters laat u zitten tot aan de policontrole. Eventuele gazen mag u (als dit nodig is) vervangen voor schone.
- Houd de eerste 24 uur uw wonden droog. Daarna mag u douchen (zeep is toegestaan, goed naspoelen). De pleistertjes mogen nat worden.
- U mag gedurende 6 weken niet baden, zwemmen, naar de zonnebank of een sauna bezoeken.
- De arm mag u de eerste 2 weken niet heffen boven schouderhoogte. Beweeg de armen verder normaal.
- U mag 6 weken niet sporten. Lichte dagelijkse activiteiten zoals wandelen, zijn toegestaan.
- Na vier weken kunt u het litteken (indien goed hersteld) insmeren en masseren met een hydraterende crème of een olie.
- Auto rijden en fietsen kan doorgaans weer na een week of 2, als u voelt dat u verantwoord kunt rijden.
- Slaap 6 weken niet op uw buik en slaap 1 week niet op uw zij.
- Gaat u naar huis met de wonddrain? Kijk dan ook in de folder ‘Naar huis met een wonddrain (redondrain)’.

Pijn na de operatie

Het operatiegebied kan pijnlijk zijn, een beetje opgezet en gestuwd aanvoelen. Hierdoor kunnen de volgende klachten ontstaan:

- Af en toe een pijnscheut of branderig gevoel in het operatiegebied.

- Als de tepel nog aanwezig is, kan deze (tijdelijk) minder of juist meer gevoelig zijn.
- De borst kan, afhankelijk van de ingreep, op sommige plekken (tijdelijk) gevoelloos zijn, doordat er kleine huidzenuwen zijn doorgesneden.

U kunt pijnstilling gebruiken zoals voorgeschreven door de anesthesioloog. U heeft daarvoor een recept gekregen.

Adviezen per soort ingreep

☐ Borstverkleining en/of borstlift

- De eerste twee weken rustig aan doen, daarna uitbreiden.
- 2 weken niet zwaarder tillen dan 5 kg, 6 weken niet sporten en geen zwaar huishoudelijk werk verrichten (stofzuigen, ramen zemen, strijken of een boodschappentas tillen).

☐ Borstvergroting

- De eerste twee weken rustig aan doen, daarna uitbreiden.
- 2 weken niet zwaarder tillen dan 5 kg, 6 weken niet sporten en geen zwaar huishoudelijk werk verrichten (stofzuigen, ramen zemen, strijken of een boodschappentas tillen).

☐ Prothesewissel (en capsulectomie)

- 6 weken niet zwaarder tillen dan 5 kg, niet sporten en geen zwaar huishoudelijk werk verrichten (stofzuigen, ramen zemen, strijken of een boodschappentas tillen).

Wanneer neemt u contact op?

- Bij koorts (38.5° C of hoger) en/of niet lekker voelen.
- Plotselinge enorme zwelling van een borst of het wondgebied.
- Roodheid van de huid rondom de wond.
- Wanneer de wond veel nabloedt, open gaat of veel vocht gaat lekken.

Als één van bovenstaande symptomen zich voordoet, kunt u contact opnemen met uw eigen ziekenhuislocatie: locatie Den Haag of locatie Zoetermeer.

Contactgegevens

Krijgt u bovenstaande klachten in het weekend, ’s avonds of ’s nachts, neem dan contact op met:

- Spoedeisende Hulp (SEH) Den Haag: 070 – 210 20 60
- Spoedeisende Hulp (SEH) Zoetermeer: 079 – 346 25 39

Van maandag tot en met vrijdag tijdens kantoortijden (8.00 - 16.00 uur) neemt u contact op met de Polikliniek Plastische chirurgie:

- Locatie Den Haag: 070 – 210 7760
- Locatie Zoetermeer: 079- 346 2804

Wat vindt u van deze patiënteninformatie?

Wij horen graag uw mening over deze folder. Wilt u na het lezen enkele vragen beantwoorden? U vindt de vragen via deze link: https://folders.hagaziekenhuis.nl/2228. Dank u wel.

Spreekt u geen of slecht Nederlands?

De informatie in deze folder is belangrijk voor u. Als u moeite heeft met de Nederlandse taal, zorg dan dat u deze folder samen met iemand leest die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

Do you speak Dutch poorly or not at all?

This brochure contains information that is important for you. If you have difficulty understanding Dutch, please read this brochure with someone who can translate or explain the information to you.

Czy Państwa znajomość języka niderlandzkiego jest żadna lub słaba?

Informacje zawarte w tym folderze są ważne dla Państwa. Jeśli język niderlandzki sprawia Państwu trudność, postarajcie się przeczytać informacje zawarte w tym folderze z kimś, kto może Państwu je przetłumaczyć lub objaśnić.

Hollandaca dilini hiç konuşamıyor musunuz veya kötü mü konuşuyorsunuz?

Bu broşürdeki bilgi sizin için önemlidir. Hollandaca dilinde zorlanıyorsanız, bu broşürü, size tercüme edecek ya da açıklayacak biriyle birlikte okuyun.

إذا كنتم لا تتحدثون اللغة الهولندية أو تتحدثونها بشكل سيء إن المعلومات الموجودة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم. إذا كانت لديكم صعوبة في اللغة الهولندية، فاحرصوا عندئذ على قراءة هذا المنشور مع شخص يترجم المعلومات أو يشرحها لكم.

582624062025