

Postoperative Empfehlungen nach Brustchirurgie

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

Sie haben sich für einen ästhetischen oder rekonstruktiven Eingriff an den Brüsten bei uns entschieden. Wir bedanken uns für Ihr Vertrauen und wiederholen hier noch einmal unsere im Aufklärungsgespräch bereits besprochenen Empfehlungen, um den postoperativen Heilungsverlauf zu optimieren und Komplikationen zu vermeiden.

1. Ruhen Sie sich die ersten Tage aus. Liegen Sie bitte auf dem Rücken. Der Oberkörper sollte dabei leicht erhöht sein. Bitte schlafen Sie auch wenn möglich in dieser Position. Natürlich dürfen sie sich um ca. 30 Grad nach rechts und links drehen, um das Gesäß etwas zu entlasten.

Nach der dritten Woche dürfen Sie mit einem großen Kissen auch auf der Seite liegen.

6 Wochen nach der OP ist jede Lage erlaubt (auch Bauchlage), wenn von Ihrem Operateur nicht anders angeordnet.

2. Tragen Sie bitte bequeme Kleidung und in den ersten Tagen auch Schuhe, in die Sie ohne Bücken schlüpfen können.

3. Bitte vermeiden Sie das Anheben der Arme über 60 Grad für 3 Wochen, besonders wenn Sie eine Implantatlage teilweise oder komplett unter dem Muskel haben. Vor allem ein zu kräftiges Anheben der Arme seitlich kann das Implantat- oder den Muskel verrutschen lassen.

Wir empfehlen eine Sportkarenz für 6 Wochen, wo bei Spazierengehen natürlich erlaubt ist. Sämtliche Erschütterungen, heftige Bewegungen der Brüste (auch ggf. beim Geschlechtsverkehr) oder kraftvolles Einsetzen der Arme sollten in dieser Zeit vermieden werden.

4. Der Sport-BH sollte für 6 Wochen 23h am Tag getragen werden. Eventuell ist ein Wechsel-BH notwendig. Sollten Sie zusätzlich dazu ein Brustband verordnet bekommen haben („Stuttgarter Gürtel“), so ist dieser für 2 Wochen zu tragen.

Nach der 6. Woche dürfen Sie jede Art von BH tragen, auch Push-ups, Bügel- oder Form-BHs. Wir empfehlen zum Sport auch nach der 6. Woche immer einen gut sitzenden Sport-BH zu tragen, weil dies die Langlebigkeit des OP-Ergebnisses verbessert.

5. Duschen dürfen Sie auch über der operierten Region, sobald die Drainagen (falls Sie postoperativ welche hatten) entfernt sind. Wir empfehlen, mit den Papierpflasterstreifen (Micropore) zu duschen und diese danach zu entfernen. Lassen Sie die Inzisionen (Einschnitte) etwas an der Luft abtrocknen und legen sie dann neue Micropore-Pflasterstreifen auf. Unsere Empfehlung ist, die Papierstreifen so lange zu verwenden, bis sich beim Ablösen keine Krusten mehr daran befinden und die Inzisionen abgeheilt sind.

6. Einige wenige Tropfen Blut oder Wundsekret sind in den ersten Tagen normal. Bitte vorsichtig wegtupfen. **Eine sofortige ärztliche Vorstellung bei uns sollte erfolgen, wenn ein akuter, sehr starker Schmerz in einer Brust auftritt, diese deutlich praller als unmittelbar postoperativ wird oder eventuell angelegte Drainagen schnell volllaufen.**

Unsere Notfallnummer: 06 21-74 82 82 81.

Empfehlungen nach Brustchirurgie | Seite 2 von 2

7. Alkoholische Getränke sollten in den ersten 3 Tagen bitte vermieden werden. Abgesehen von den Wechselwirkungen mit den Medikamenten kann es zu einer verlängerten Schwellung der operierten Region kommen.
8. Zur Abschwellung empfehlen wir Arnica Globuli für 7 Tage nach OP. Ab dem 7. Tag nach dem Eingriff können Sie Bromelain, Wobenzym oder Traumanase (Ananasenzyme) für die 2. und 3. postoperative Woche einnehmen. Die Abschwellung nach der OP ist individuell sehr verschieden und kann für die rechte und linke Brust unterschiedlich sein. Haben Sie bitte ein wenig Geduld!
9. Alle Medikamente werden auf unserem postoperativen Anordnungsblatt schriftlich verordnet und Ihnen mitgegeben. Sollten Sie zusätzliche Medikamente nehmen müssen oder wünschen, besprechen Sie dies bitte mit vorher uns.
10. Wenn Sie Brustimplantate bekommen haben, erhalten Sie einen Implantatausweis. Bitte nehmen Sie die Dokumente zu Ihren Unterlagen. Sie können für die jährliche Brustkrebsvorsorgen relevant sein. Bitte legen Sie diese ggf. dem untersuchenden Radiologen oder Gynäkologen vor.
Eine Mammographie sollte frühestens 6 Monate postoperativ durchgeführt werden, um das OP-Ergebnis nicht zu gefährden.
11. Eine Teilnahme am Straßenverkehr unmittelbar nach der Operation verbietet sich von selbst. Auch als Fußgänger können Sie in den ersten Tagen in ihrer Reaktionsfähigkeit beeinträchtigt sein. Bitte organisieren Sie sich ggf. etwas Hilfe. Wir weisen darauf hin, dass auch mit frisch operierten Brüsten die Gurtsysteme im Auto wie üblich angelegt werden müssen. Im Fall eines heftigen Rückhaltevorgangs oder eines Aufpralls kann dies mit einer signifikanten Formveränderung oder Zerstörung des OP-Ergebnisses verbunden sein. Bitte bedenken Sie dies in der Planung Ihrer Mobilität.
12. Die vollständige Abschwellung und Formung der Brüste dauert einige Wochen und kann durch Schlafen in Seiten- oder Bauchlage verändert oder verzögert werden. Auch die Narbenreifung (Farbe, Weichheit, etc.) dauert ihre Zeit. Sollten spezielle Regionen massiert werden, so wird Ihnen Ihr Operateur dies mitteilen.

Schon bald werden Sie sich über das postoperative Ergebnis freuen können. Wir haben regelmäßige Nachschautermine vereinbart. Wenn Sie etwas beunruhigt, sprechen Sie es gerne an. In dringenden Fällen sind wir unter der **Notfallnummer 06 21-74 82 82 81** jederzeit für Sie erreichbar.

Wir danken Ihnen für Ihre Mitarbeit und wünschen beste Erholung nach dem Eingriff!