


PATIENTINFORMATION

# Mommy makeover (MMO)

---

CPH Privathospital A/S  
Rådhusstorvet 4, 3520 Farum | +45 7021 8000  
[www.cph-privathospital.dk](http://www.cph-privathospital.dk)  
Mail: [info@cph-privathospital.dk](mailto:info@cph-privathospital.dk)





Vi arbejder ud fra kvalitet, tryghed og høj faglighed  
fordi plastikkirurgi er en tillidssag.

Vi stiler mod at tilbyde dig den absolut bedste be-  
handling, hvor du er i centrum!

Du har henvendt dig til CPH Privathospital med henblik på hudreduktion for slapt maveskind (abdominalplastik), samt brystløft/reduktion/implantat. Med denne brochure vil vi gerne byde dig velkommen til CPH Privathospital og fortælle dig lidt om, hvad din forestående operation indebærer samt hvordan du bedst kan forberede dig.

### **Forundersøgelse**

Før du beslutter dig for at få foretaget en mommy makeover, skal du nøje overveje dine forventninger og diskutere dem med plastikkirurgen. Ved forundersøgelse vil du drøfte dine spørgsmål med din plastikkirurg, få en vurdering og blive informeret om det forventede opnåelige resultat. Du vil blive informeret om følgerne samt mulige komplikationer. Ved forundersøgelsen vil du aftale og afprøve evt. Implantat type og størrelser. Desuden vil du blive informeret om det tekniske ved operationen, at kirurgen, før I sammen planlægger din operation.

Du er velkommen til at tage en pårørende med til forundersøgelsen, hvor den mundtlige information bliver givet. Det er vigtigt, at du får stillet alle de spørgsmål, som du måtte have, så du får det bedste grundlag at træffe din beslutning på. Ifølge lovgivningen skal du herefter have betænkningstid på 7 dage, inden du giver dit samtykke til operationen. Opstår der spørgsmål i denne periode, som du gerne vil have besvaret, kan du altid ringe til os. Du finder vores telefonnummer nederst i denne patientvejledning.

### **Forventninger**

Nogle gange vil maveskindet være for slapt og løsthængende til, at en fedtsugning er tilstrækkelig til at give det resultat, som patienten forventer sig. Et mommy makeover giver en permanent forandring af mave og bryster, men den opstrammende effekt af operationen er ikke stabil. Opstramninger af hud og væv hos mennesker, stopper ikke aldringsprocesserne. Så der findes ingen opstrammende indgreb "der holder evigt". På den anden side vil det, der er fjernet ikke komme igen. Graviditet, overvægt og væggtab vil også betyde fornyet slaphed af huden. Den opstrammende effekt af et

mommy makeover er individuel og påvirkes både af arvelige faktorer og ydre faktorer, som påvirker hudens elasticitet (hormoner, rygning o.a.).

Det bedste operationsresultat opnås hos "normal" vægtige. Generelt bør dit BMI ligge under 30 før vi kan tilbyde dig en operation.

Det er vigtigt at huske, at operationen er forbundet med en vis risiko for komplikationer og at slutresultatet ikke altid kan leve op til dine og plastikkirurgens forventninger og ønsker.

## **Inden operationen**

### **Rygning**

Vi anbefaler på det kraftigste et rygestop 4 uger før og efter operationen. Rygning kan medføre markant nedsat sårheling og infektioner efter operationen. Du må godt bruge rygestop hjælpemidler.

### **Medicin**

Til forundersøgelsen gennemgår plastikkirurgen din vanlige medicin med dig og du vil blive informeret om du skal holde pause en eller flere præparater inden ope-

rationen.

Du skal altid holde pause med fiskeolie, ingefær og anden naturmedicin 2 uger før operation, da det er blodfortyndende.

### **Faste**

Operationen foregår altid i fuld bedøvelse og du skal derfor faste 6 timer før operationen, men du må gerne drikke vand indtil 2 timer før operationen.

### **Diabetes**

Har du diabetes skal du opereres inden kl. 12.00, da du ikke må tage hverken insulin eller tabletter mod diabetes om morgenen på operationsdagen.

### **Forberedelse**

Når du møder ind på operationsdagen, vil en sygeplejerske hente dig og du kommer ind på en sengestue, hvor du skal klæde om og klargøres til operationen.

Herefter kommer kirurgen og taler med dig og du har mulighed for at stille eventuelle supplerende spørgsmål. Kirurgen vil med tusch optegne hvor du skal opereres og tage foto af operationsområdet.

## Operationen

Operationen foregår i fuld bedøvelse.

Operationen varer mellem 2-3,5 timer afhængig af metoden ved opstramning af bugmuskulatur og/eller fedtsugning.

Ved en mommy makeover findes der mange kombinationsmuligheder af maveoperatione og brystoperation. Huden på maven kan strammes op enten ved en mini-maveplastik (miniabdominalplastik) kun rettet mod den nedre del af maven (under navleniveau) eller mere almindeligt som en stor maveplastik (stor abdominalplastik) som opstrammer hele maven og hvor der også er mulighed for at opstramme mavemusklernerne (rectusplastik). Brystet kan løftes ved et almindeligt brystløft eller i kombination med en brystforstørrelse med implantater (BFO). I enkelte tilfælde kan brystimplantater alene løfte brysterne tilstrækkeligt, så der ikke behøves et kirurgisk brystløft med ar omkring brystvorten. Hvis brysterne er store fra naturen, men bare er blevet hængende efter amningen, kan løftet også foretages som en brystreduktion, hvor brysterne formindskes samtidig med løftet. Det er altså en helt individuel planlægning,

når du overvejer et mommy makeover (MMO)

Det kan være nødvendigt at anlægge dræn, for at udtømme mindre blodansamlinger.

Du får anlagt lokalbedøvelse i såret. Tape hen over såret og en stram bandage i form af et mavebælte på.

## Efter operationen

### Bandage/tape

Du får 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 kirurgen, hvad der gælder for dig. Mavebæltet skal du bruge hele døgnet de første 6 uger og 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. Generelt skal mavebæltet kun sidde så stramt, at du uden besvær kan få din hånd ind under mavebæltet oppefra. Du vil også have en støttende BH. Du bør altid anvende den udleverede bh - dag og nat i 3 uger efter operationen. Dette er for at lægge tryk på operationsområdet og mindske hævel-

sen. Herefter bør du have bh'en på i yderligere 3 uger i dagstiden. Sygeplejersken vil ved udskrivelsen vejlede dig i, hvordan du gør. Du må tage BH/mavebæltet/specialbuks af, når du er i bad, og hvis det skal vaskes

Du har tape på efter operationen. Det skal sidde på, indtil du kommer til opfølgning hos sygeplejersken efter 14 dage. Vi anbefaler derefter, at du anvender tape hen over arrene de første 3 måneder efter operationen. Du kan købe mere tape på apoteket.

### **Smerter**

Der må forventes smerter de første døgn efter operationen. Et gram Panodil eller andet mildt smertestillende efter anvisning af kirurgen vil være tilrådeligt. Har du behov for stærkere smertestillende aftales dette med kirurgen.

### **Kontrol**

Cirka 2 uger efter operationen kommer du til kontrol hos sygeplejersken, hvor tråde og tape fjernes og får tilset arrene.

Du møder til kontrol hos din plastikkirurg 3-6 måneder

efter operationen. Her kan resultatet af operationen vurderes og der bliver taget nye foto som dokumentation. Du skal selvfølgelig altid kontakte os før ved behov.

### **Sivning fra sår**

Der kan komme sivning fra sårene, det er helt almindeligt og kræver ikke behandling.

### **Hævelse**

Der kan forekomme hævelse 3-4 måneder efter operationen.

### **Bad**

Tidligst et døgn efter operationen kan du tage brusebad, og kun i den forbindelse må bandagen tages af.



Tapen over sårene kan tåle, at du tager bad. Klistereffekten holder efter brusebad.

### **Creme**

Du må først bruge creme, når sårene er tørre 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 du beskytter arrene mod sollys og solarium de første 12 måneder efter operationen. Vi anbefaler, at du beskytter arrene med tape 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. Dette aftales individuelt med plastikkirurgen.

### **Fysisk aktivitet**

Du må foretage fysisk aktivitet når du føler dig klar. Dog

skal du være opmærksom på:

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 mave muskulaturen må du foretage tunge løft efter 3 måneder.

Vi anbefaler, at du venter til 3 måneder efter operationen hvis der er foretaget opstramning af mavemuskulaturen. Forsigtig motion kan du genoptage eller starte på efter 2 uger. Hvis der ikke er foretaget opstramning af mavemuskulaturen, kan du genoptage sportsaktiviteter efter 4-6 uger.

## **Komplikationer og bivirkninger**

### **Blødning**

I sjældne tilfælde (under 1%) kan der komme en blødning.

### **Infektion**

Alle kirurgiske indgreb indebærer en risiko for infektion. 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 efter forløbet. Dette kræver sjældent antibiotisk behandling.

### **Føleforstyrrelser**

Efter operationen er der ofte føleforstyrrelser i operationsområdet, oftest med nedsat følesans i området under navlen og over skambenet. Dette fortager sig almindeligvis i løbet af 3 - 6 måneder, men hos enkelte kan det være permanent.

I forbindelse med en brystoperation bliver følsomheden af brystvorterne oftest påvirket. De fleste oplever en midlertidig nedsat følsomhed af brystvorterne, som efter et par uger kan give en forbigående irritation af brystvorterne, indtil den normale følsomhed vender tilbage.

Følsomheden af huden på undersiden af brystet kan blive nedsat eller "sovende". De fleste oplever problemet som mindre generende med tiden, selvom skaden er permanent. Dette skyldes formentlig, at hjernen vænner sig til den manglende følsomhed. Som anført vil de fleste opleve nedsat seksuel følsomhed af bryst-

vorten, men enkelte oplever helt ophævet følsomhed og dermed også ophævet rejsningsevne. Dette betyder også, at signalerne, der er nødvendige til stimulation af mælkeproduktion, er ophævet og dermed ødelægges ammefunktionen. Hvis du bliver gravid efter en brystoperation, skal du dog altid prøve, at amme, da dette ofte kan lade sig gøre selv med ganske lav følsomhed af brystvorterne.

### **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.

### **Kontakt til lægen**

Du får udleveret telefonnummer til den læge, som har opereret dig, hvis der skulle opstå problemer de første 24 timer efter operationen/udskrivelsen.

Herefter skal du altid kontakte CPH Privathospital på tlf. nr. 7021 8000.



## Yderligere informationer

Ønsker du yderligere information er du altid meget velkommen til at kontakte os.

### CPH Privathospital A/S

Rådhusstorvet 4 3520 Farum

 +45 7021 8000

 [www.cph-privathospital.dk](http://www.cph-privathospital.dk)

 [info@cph-privathospital.dk](mailto:info@cph-privathospital.dk)

### Åbningstider

Telefon mandag til fredag fra  
kl. 8.00-16.00 på tlf. 7021 8000

Uden for normal åbningstid kan sygeplejerske  
kontaktes på: 44 500 339

I akutte tilfælde udenfor CPH Privathospitals  
åbningstid, henvises til 1813