

## **Postoperative Verhaltensregeln nach einer Brustvergrößerung / Implantatwechsel**

Sehr geehrte Patientin.

Um einen komplikationslosen Heilungsprozess nach der durchgeführten Brustvergrößerung zu unterstützen und um ein optimales Ergebnis zu erzielen, ist es dringend erforderlich, dass Sie die postoperativen Anordnungen befolgen.

Nach der Operation werden beim Liegen und Schlafen für eine bequemere Haltung die Arme auf Kissen gelagert und die Brüste während der ersten 3-4 Tage durchgehend mit eiskalten Gelpackungen gekühlt. Die Armbewegungen sollten hauptsächlich aus dem Ellenbogengelenk durchgeführt werden, die Schulter darf nur bis zur Waagerechten angehoben werden.

Schlafen Sie ausschließlich auf dem Rücken. Drehen zur Seite oder schlafen auf dem Bauch gefährden das Operationsergebnis, da die Implantate verrutschen oder sich verdrehen könnten. Duschen ist in der 1. Woche nur ab der Taille erlaubt, die Achsel können mit einem Waschlappen nach Entfernung der Drainagen gewaschen werden. Haare sollten Sie, wie beim Friseur, mit dem Kopf nach hinten waschen. Der Verband und die Drainagen dürfen nur vom Arzt entfernt werden.

Bewegung ist die beste Thromboseprophylaxe. Aus diesem Grund sollten Sie nur so wenig wie möglich liegen. In den ersten 10 Tagen bitten wir Sie, nicht selber Auto zu fahren. Als Beifahrer müssen Sie sich selbstverständlich anschnallen. Unter Berücksichtigung der eingeschränkten Armbewegung können kleinere Arbeiten im Haushalt durchgeführt werden. Das Heben schwerer Lasten sollte auf 10 kg beschränkt werden.

Am 5. Tag nach der Operation werden die fixierenden Verbände an der Brust entfernt und die Fadenenden abgeschnitten. Das restliche Nahtmaterial ist selbstauflösend. Ab diesem Zeitpunkt können Sie sich ganz duschen und selber verbinden. Die Narben sollten Sie mit einer rückfettenden Salbe (z.B. Bepanthen) eincremen. Danach werden wir Ihnen ein spezielles, silikonhaltiges Narbengel empfehlen.

Bitte tragen Sie den erhaltenen Kompressions BH mit Stuttgarter Gürtel während der ersten 3 Wochen Tag und Nacht. Der Gurt muss richtig angelegt sein, da ansonsten Einschnürungen in der Achsel entstehen können. Der Klettverschluss vorne muss oberhalb des Reisverschlusses liegen, damit der Druck von oben auf die Implantate ausgeübt wird. Zum Wechseln erhalten Sie von uns eine Empfehlung für einen gängigen Sport BH. Diesen können Sie, in Rücksprache mit uns, auch ohne Stuttgarter Gürtel tagsüber tragen. Nachts werden sie bis zum Abschluss der 3 Monate den festeren Kompressions BH mit dem Gurt tragen.

Sportliche Aktivitäten sind in der Anfangszeit eher kontraproduktiv und können den Heilungsverlauf verzögern. Leichte sportliche Aktivitäten wie können Sie in Rücksprache mit uns ab der 6. Woche durchführen. Sportarten, bei denen Sie sich deutlich mehr anstrengen müssen, sollten Sie in den ersten 3 Monaten unterlassen. Bitte meiden Sie Sauna und Solarium Besuche ebenfalls in den ersten 3 Monaten.

In der postoperativen Phase werden Sie von uns engmaschig betreut. Sollten Sie verstärkt Schmerzen haben, Fieber entwickeln oder sich sonst unwohl fühlen, bitten wir Sie, sich umgehend mit uns unter den Telefonnummern 0911-5192519 oder 0170-3467213 in Verbindung zu setzen.

Für weitere Fragen stehen wir Ihnen gerne weiterhin zur Verfügung.

Die o.g. Anordnungen habe ich gelesen und werde sie befolgen. Eine Kopie habe ich erhalten.

**Datum:**

**Unterschrift Patient:**