

Postoperative Verhaltensregeln nach einer Brustverkleinerung / Bruststraffung

Sehr geehrte Patientin.

Um einen komplikationslosen Heilungsprozess nach der durchgeführten Brustverkleinerung / Bruststraffung zu unterstützen und ein optimales Endergebnis zu erzielen ist es dringend erforderlich, dass Sie die folgenden postoperativen Anordnungen befolgen.

Nach der Operation werden beim Liegen und Schlafen für eine bequemere Haltung die Arme auf Kissen gelagert. Die Bewegungen sollten hauptsächlich aus dem Ellenbogengelenk durchgeführt werden, die Schulter darf nur bis zur Waagerechten angehoben werden.

Schlafen sollten Sie ausschließlich auf dem Rücken, Drehungen zur Seite oder Schlafen auf dem Bauch gefährden das Operationsergebnis. Duschen ist in der ersten Woche nur ab der Taille erlaubt, die Achseln können mit einem Waschlappen gewaschen werden. Haare sollten wie beim Friseur im Waschbecken mit dem Kopf nach hinten gewaschen werden. Der Verband und die Drainagen dürfen nur vom Arzt geöffnet und entfernt werden.

Bewegung ist die beste Thromboseprophylaxe. Aus diesem Grund sollten Sie nur so wenig wie möglich liegen. In den ersten 3 Wochen 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.

Nach 1 Woche werden die Fadenenden abgeschnitten, das restliche Nahtmaterial ist selbstaflösend. Ab diesem Zeitpunkt können Sie sich ganz duschen und selber verbinden. Die Narben sollten Sie mit einer rückfettenden Salbe (z.B. Bepanthen) eincremen. Bitte tragen Sie den erhaltenen Kompressions BH Tag und Nacht wie von uns angegeben. Später werden Sie tagsüber auch einen Sport BH tragen können.

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 jederzeit gerne zur Verfügung und wünschen Ihnen eine gute Genesung.

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

Datum:

Unterschrift Patient: