



Pasientinformasjon:

# Bodylift



Aleris

Med alderen mister huden sin elastisitet. Dette gjelder også huden på mage og nedre del av rygg. Dette kan medføre løs hud og i mer uttalte tilfeller hudoverheng (fettforkle) som kan gi problemer med fukt, lukt og sårdannelse under hudfolder. Løs hud kan oppleves som kosmetisk sjenerende og det kan oppleves å være vanskelig med å få tilpasset klær. Særlig i forbindelse med større vekttap som etter graviditet eller stor vektnedgang/ overvektsoperasjon, kan disse plagene bli veldig sjenerende.

Ved bodylift eller kroppsløft, fjernes overflødig hud nederst på magen, som ved en vanlig bukplastikk, men snittføring utvides til også å omfatte midjen og ryggen. Resultatet er at man kan oppnå en oppstramming av både mage, nedre del av rygg, samt løft av setepartiet.

**Bodylift kan også kombineres med fettsuging for å oppnå bedre form på mage, midje og lår.**

### **Hvem er egnet?**

Det skal være et visst omfang løs hud før vi kan anbefale et bodylift. Om man er egnet kandidat for denne operasjon vurderes ved en forutgående konsultasjon hos en av våre spesialister i plastikkirurgi.

Har du tidligere gjennomgått en slankeoperasjon, er det en forutsetning for gjennomføring av bodylift at du har vært vektstabil i 6 måneder og at det er minimum 2 år siden du ble slankeoperert.

### **Overvekt**

Fettvev har en dårligere blodforsyning sammenlignet med hud og muskulatur. Det er derfor viktig at du ikke er overvektig forut for denne type operasjon. Din Body Mass Index (BMI) bør være maksimalt 27 (maksimalt 30 for overvektsopererte) før vi kan anbefale et bodylift. BMI regnes ut med vekt/høyde\*høyde. Eksempel Vekt 72 kg/1.65cm\*1.65cm=BMI 26,4. Normal BMI er ca. 25.

### **Tidligere operasjoner på øvre del av magen**

Når huden på magen skal strammes opp, er man avhengig av blodforsyningen ovenfra. Dette betyr at pasienter som tidligere har foretatt større kirurgiske inngrep på den øvre delen av magen eventuelt må frarådes denne type kirurgi. Den endelige avgjørelsen tas basert på en individuell vurdering.

### **Holdbarheten av resultatet**

Kroppens naturlige aldringsprosesser fortsetter, og vil med tiden endre resultatet. Hvor raskt kroppen eldes er individuelt og avhenger blant annet av arvelige faktorer, røyking og forandringer i vekt. Utover dette er det viktig å huske at operasjonen generelt er forbundet med en viss risiko og forbigående ubehag.

## **Forberedelser til operasjon**

### **Forundersøkelse**

Før beslutningen om et bodylift tas, kommer du til en konsultasjon hos en plastikkirurg. Du får fortelle om hvilke plager du eventuelt har og hvilke ønsker du har med en operasjon. Vi anbefaler at du leser denne informasjonen grundig før konsultasjonen, og skriver ned eventuelle spørsmål. Det kan være en god idé å ta med en venn eller et familiemedlem til forundersøkelsen, siden det er mye informasjon å forholde seg til. Det er viktig at du føler deg trygg gjennom hele prosessen.

På konsultasjonen planlegges hvilken operasjon som er den rette for deg, samt forventet resultat. Du blir informert om

inngrepet, det postoperative forløpet og mulige bivirkninger og komplikasjoner.

### **Dagen før operasjonen**

Dagen før operasjon avsettes tid ut på ettermiddagen til et møte med de to plastikkirurgene som skal operere deg. Her vil de gjennomgå de siste detaljer rundt operasjonen og svare på spørsmål du eventuelt måtte ha. Det vil også bli tatt "før-bilder" og det vil bli tegnet på din mage og rygg.

### **Faste**

#### **Du skal være fastende 6 timer før møtetidspunktet til operasjon.**

Du kan drikke «tynne» væsker som vann, saft, te og kaffe (uten melk eller fløte) inntil 2 timer før møtetidspunktet. Du skal ikke ta pastiller, tyggegummi, røyke eller snuse når du faster.

Du kan ikke drikke alkohol etter kl. 20 kvelden før operasjonen.

### **Medisin**

Enkelte medikamenter kan gi økt blødnings- eller blodproppfare i forbindelse med operasjon. Om du bruker blodfortynnende medisiner, må du opplyse om dette til sykehuset, og du vil få beskjed hvis det er noen av disse medisinene du skal slutte med før operasjonen. Se også eget informasjonsskriv ved innkalling til operasjon. P-piller må seponeres 4 uker før operasjonen.

### **Resept**

Du får tilsendt resept som skal hentes ut før operasjonsdagen. Du får resept på forebyggende medisin mot infeksjon som skal tas 1 time før oppmøte på sykehuset og smertestillende til etter operasjonen.

### **Røyking og snus**

Du skal ikke røyke eller bruke snus senest 3 uker før til 2 uker etter operasjonen. Nikotinen i røyk og snus nedsetter blodets evne til å transportere oksygen til vevet og dermed forsinker sårhelingen. Det kan gi

større fare for komplikasjoner etter operasjonen som nekrose/dødt vev. Derfor er det heller ikke tillat å bruke andre nikotinholdige preparater som nikotintygg gummi eller -plaster.

### **Hygiene før operasjonen**

For å redusere infeksjonsfaren i forbindelse med operasjonen skal du dusje og vaske håret kvelden før, og på morgenen operasjonsdagen. All hud skal vaskes godt med såpe, vask spesielt nøyse rundt nese og munn, armhulene, navlen, underliv og lyskene. Det er viktig at all såpe skylles godt av. Tørk med rent håndkle og ta på rene klær. Du **skal ikke** smøre deg med hudlotion etter å ha dusjet.

Skal du operere steder på kroppen hvor det er kroppshår, skal kroppshår klippes før du dusjer. Det skal **ikke** barberes da dette kan gi hudirritasjon.

### **Hud, negler, navle og smykker**

Du skal ikke bruke krem, parfyme eller sminke operasjonsdagen. Møt uten smykker og piercing. Neglene skal være korte, rene og uten neglelakk.

### **Kompresjonsplagg**

Du må medbringe kompresjonsplagg (body eller magebelte som avtalt med kirurgen) Du skal benytte kompresjonsstrømper og disse får du på sykehuset. Magebelte kan benyttes de første 2 ukene etter operasjonen. Du må da bruke et annet kompresjonsplagg de neste ukene.

### **Dietter & allergier**

Har du spesielle krav til kosten i form av dietter eller allergier ber vi deg vennligst kontakte Aleris før operasjonen.

### **Ernæring**

Det er viktig at kroppen din er i best mulig ernæringsmessig balanse før en større

operasjon. Hvis du er på slankekur eller en spesiell diett like før operasjonen, risikerer du at stoffskiftet er ute av balanse. Det anbefales at du i ukene før operasjonen inntar god, næringsrik og variert kost.

### **Transport**

Du kan ikke kjøre hjem selv eller ta offentlig transport alene hjem når du skrives ut fra sykehuset. Sykehuset kan være behjelpelig med å bestille taxi ved behov.

### **Tilsyn**

Du **skal ikke** være alene det første døgnet etter utskrivelsen og det er viktig at det i forkant avtales tilsyn av en voksen person som skal være sammen med deg.

## **Selve operasjonsdagen**

### **Ankomst**

Ved ankomst henvender du deg i resepsjonen. Du blir hentet av sykepleier som hjelper deg med forberedelse før operasjon. Anestesilegen informerer deg om bedøvelsen. Kirurgen foretar en opptegning av operasjonsområdet og svarer på eventuelle spørsmål.

### **Operasjonen**

Operasjonen varer ca. 4 timer og foregår i full narkose. Den utføres av to plastikkirurger som samarbeider under operasjonen. Operasjonen starter i mageleie. Kirurgene legger et snitt på nedre del av ryggen. Huden med det underliggende fettvevet løsnes et passende stykke opp på ryggen, og den overflødig huden og fettvevet fjernes. Huden sys deretter sammen med selvoppløsende tråd i flere lag. Pasienten snues så til ryggeleie og dernest fjernes den overflødig huden på magen som ved en mageplastikk. Snittet på ryggen forbindes med snittet på magen, hvilket sikrer en fin overgang mellom de to sider.

Det legges inn minimum et dren på både mage og rygg.

Når operasjonen er avsluttet blir du kjørt tilbake på oppvåkingsavdelingen. Du observeres av sykepleier inntil du er tilstrekkelig våken og velbefinnende til å bli flyttet på eget rom på sengeposten. Plastikkirurgen vil se til deg og informerer om det er spesielle forholdsregler du skal ta hensyn til etter operasjonen.

### **Smerter**

Det kan være smerter umiddelbart etter operasjonen.

### **Mobilisering**

Av hensyn til forebygging av blodpropp, er det viktig at du raskt kommer deg på bena igjen etter operasjonen. En sykepleier hjelper deg med dette. Du skal likevel unngå unødvendig trekking i stingene.

### **Innleggelse**

Bodylift er et omfattende inngrep, som krever ro og hvile de første dager etter operasjonen. Du vil derfor først bli utskrevet andre postoperative dag. Du får med deg informasjonsskriv med aktuelle telefonnummer til Aleris og kirurgene som opererte deg.

## **Etter utskrivelsen**

### **Kontakt etter utskrivelse**

Du får kontaktinformasjon til kirurgene som opererte deg kontakt etter utskrivelsen. Det avtales kontroller og sårstell etter behov.

### **Smerter og hevelse**

Du kan forvente smerter og ømhet i operasjonsområdet i 2 uker og etter operasjonen. Er magemuskulatur sydd vil du kunne oppleve en stramming og ubehag når du bruker muskelen opp til 3 måneder etter operasjonen. Det kan

oppleve hevelse av mage og rygg i 3-4 måneder etter operasjonen.

### **Sivning**

Det kan forekomme en lett sivning fra såret. Det er helt alminnelig og krever vanligvis ikke behandling.

### **Dren**

Du får informasjon om hvordan du forholder deg til drenene og når det skal fjernes. Vanligvis fjernes de 3-5 dager etter operasjonen.

### **Bandasje**

Du får en komprimerende bandasje over mage og rygg etter operasjonen som fjernes 2 dager etter operasjonen eller samtidig som drenet. Tape skal ikke fjernes før 10-12 dager etter operasjonen.

### **Aktivitet og hvile**

Du kan gjerne dusje 4 dager etter operasjonen så sant dren og stor bandasje er fjernet. Tape skal sitte på og fønes tørr etter hver dusj.

Den første uken etter operasjonen er det viktig at det ikke oppstår unødvendig trekking i stingene. Det anbefales at man går i lett foroverbøyd stilling og at man ligger med bøyde bein når man hviler. Du kan gjenoppta daglig aktivitet rimelig raskt etter operasjonen og gå tur når du føler deg klar for det.

Du skal ikke trene/ha hard fysisk aktivitet de første 6 ukene etter operasjonen.

Du skal heller ikke løfte tungt de første 6 ukene for å skåne arrene og magemuskulatur som er sammensydd.

Det er viktig at du begynner forsiktig.

Du skal ikke kjøre bil før du kan reagere normalt i enhver situasjon.

Du kan svømme 4 uker etter operasjonen, når sårskorpene er borte. Det anbefales å være forsiktig med klorvann inntil sårene er helt grodd for å unngå hudreaksjoner.

### **Kompresjonsplagg/magebelte**

Du skal bruke magebelte/kompresjonsplagg dag og natt i 4 uker etter operasjonen. Deretter 2 uker på dagtid og ved aktivitet. Det er viktig at kompresjonsplagget tilpasses korrekt. Det skal ikke sitte for stramt da dette kan føre til at blodforsyningen til hud og underhud stoppes. Sykepleier vil instruere deg korrekt bruk ved utskrivelsen. Generelt skal magebelte sitte så stramt, men du skal uten vanskeligheter kunne få hånden inn under magebelte ovenfra.

### **Plaster/tape**

Det anbefales å bruke papir tape over arrene de første 3 måneder etter operasjonen. Disse skiftes ca. 1 gang i uken. Skulle huden reagere med kløe og rødme må du slutte eller gå over til silke- eller silikontape.

### **Sollys**

For å oppnå så pene arr som mulig er det viktig å beskytte arrene mot sollys og solarium de første 12 månedene etter operasjonen. Vi anbefaler beskyttelse av arrene med plaster, klær eller solfaktor med minimum solfaktor 35.

### **Fjerning av sting**

Det blir vanligvis sydd med tråd som løser seg opp av seg selv. Du vil få beskjed om du har sting som må fjernes.

### **Kontroll**

Kirurgene tilbyr deg å komme til etterkontroll 3-6 måneder etter operasjonen. Hvis du får behov for kontroll tidligere er du selvfølgelig alltid velkommen til å kontakte oss.

### **Sykemelding**

Du vil få sykemelding der det foreligger medisinsk indikasjon for operasjon. Du får ikke sykemelding dersom operasjonen er av kosmetisk indikasjon og du må ta fri fra jobb i 2-4 uker avhengig av hvilket yrke du har.

## Mulige komplikasjoner og langtidsvirkninger

### Blødning

Blødning etter operasjonen er sjeldent, men kan oppstå. Det kan bli nødvendig med et kirurgisk inngrep for å stoppe blødningen. Ved mistanke om blødning, ta kontakt med sykehuset eller kirurgen som opererte deg.

### Væskeansamling

Det kan oppstå væskeansamlinger (seromdannelse) i operasjonsområdet som kan kreve tapping.

### Infeksjon

Etter all kirurgisk behandling kan det forekomme infeksjon. Hvis du røyker eller er overvektig øker risikoen. Tegn på infeksjon er rødhet, varme, hevelse, dunkende smerter og eventuelt feber. Ved mistanke om infeksjon, ta kontakt med sykehuset eller kirurgen som opererte deg.

### Nekrose

Nekrose/dødt vev etter operasjonen er sjeldent, men det kan forekomme. Risikoen øker for røykere og overvektige. Vevet mister blodtilførsel og huden kan bli misfarget. Nekrose kan være overfladisk eller dyp. Overfladisk nekrose kan leges med god sårpleie. Dypere nekrose kan kreve kirurgisk inngrep.

### Arr

Du får et arr rundt navlen og på tvers nedad på mage og rygg. Arrene er permanente og etter operasjonen kan de være røde og hovne opp til 12 måneder. Arrene vil med tiden bli smale og lyse. Enkelte kan få arr som er bredere og mørkt pigmenterte.

### Endret sensibilitet

Etter operasjonen vil det ofte være nedsatt følelse i huden rundt navlen og svarende til arret nedadtil. Dette forsvinner oftest etter 2-6 måneder, men nedsatt følelse kan bli permanent.