



Pasientinformasjon:

# Fettsuging



OBS! Papirkopi gjelder kun 2018-03-13, ellers må håndskreven signatur finnes

Reg. nr:  
34722-3

Dok.typ:  
Rutine

Eier:  
Merete Strømme

Godkjent av:  
Lene Berner Sletbak

Gyldig fra:  
2018-02-13

**Fettsuging har blitt et av de mest vanlige kosmetiske inngrepene for kvinner og menn. Lokale fettansamlinger kan være svært vanskelig å bli kvitt med kosthold og trening da de genetiske og hormonelle forholdene kan være svært avgjørende.**

### **Hvem er egnet for fettsuging?**

Fettsuging er generelt velegnet for å korrigere kroppens konturer. Lokale fettansamlinger samles på ulike kroppsdelene og kan gi en uharmonisk kroppsfigur. Fettsuging er ingen slankemetode og man kan ikke benytte fettsuging for å gå ned i vekt. De vanligste områdene å behandle er lår, mage, hofter, midje, hake og bryster hos menn.

### **Holdbarheten av resultatet**

Det kosmetiske resultatet av en fettsuging er avhengig av hudens kvalitet og spenst. I visse tilfeller må en fettsuging frarådes på grunn av hudens kvalitet. Ujevnheter i huden som for eksempel appelsinhud blir aldri bedre av en fettsuging, men kan derimot forverres. Har du mye løs hud bør det diskuteres om det heller anbefales å fjerne hud og fett kirurgisk.

Ved fettsuging fjernes fettcellene på det området helt og de kommer ikke tilbake på området som er fettsuget. Med gode kost- og mosjonsvaner kan du unngå at det oppstår fettansamlinger på andre deler av kroppen.

## **Forberedelser til operasjon**

### **Forundersøkelse**

Før beslutningen om fettsuging tas kommer du til en konsultasjon hos en spesialist i plastikk kirurgi. Du får fortelle om dine ønsker og forventninger du har til operasjonen. Vi anbefaler at du leser denne informasjonen før konsultasjonen, og skriv gjerne ned eventuelle spørsmål. Det kan være en ide å ta med en venn

eller et familiemedlem til forundersøkelsen, disen der er mye informasjon å forholde seg til. Det er viktig at du føler deg trygg igjennom helse prosessen.

Under konsultasjonen planlegger dere hvilken operasjon som er den rette for deg, samt forventet resultat. Du blir informert om inngrepet, det postoperative forløpet og mulige bivirkninger og komplikasjoner.

### **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. Kirurgen informerer om P-piller må seponeres før operasjonen.

### **Resept**

Du får tilsendt en resept på smertestillende til bruk etter operasjonen som kan hentes ut før operasjonsdagen.

OBS! Papirkopi gjelder kun 2018-03-13, ellers må håndskreven signatur finnes

## Røyking og snus

Du skal ikke røyke eller bruke snus senest 3 uker før til 2 uker etter operasjonen. 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.

## 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 nøye 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.

## 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.

## Kompresjonstøy

Du må medbringe kompresjonsplagg som settes på umiddelbart etter operasjonen er ferdig.

## 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. Den anbefales at du i ukene før operasjonen inntar god, næringsrik og variert kost.

## Transport

Du må avtale med en pårørende eller venn om å hente deg og bli hos deg det første døgnet etter utskrivelsen. Du kan ikke kjøre hjem selv eller ta offentlig transport alene hjem etter operasjonen. 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 og kirurgen foretar en opptegning av operasjonsområdet og svarer på eventuelle spørsmål.

### Operasjonen

Operasjonen foregår i lokal bedøvelse med søvndyssende medisiner eller narkose. Det settes lokalbedøvende væske i aktuelle regioner som skal fettsuges. Fettsuging utføres gjennom 5-6 millimeter store hull i huden og etterlater seg som regel helt ubetydelige arr. Fettsuging tar tid og er avhengig av hvor store områder som skal fettsuges. Det settes på kompresjonsbekledning og godt med padding rundt innstikks åpninger. Det vil sive væske fra disse etter operasjonen. Når operasjonen er avsluttet blir du kjørt tilbake på oppvåkningsavdelingen. Du observeres av sykepleier inntil du er tilstrekkelig våken og velbefinnende. Plastikkirurgen vil se til deg og informerer om det er spesielle

OBS! Papirkopi gjelder kun 2018-03-13, ellers må håndskreven signatur finnes

forholdsregler du skal ta hensyn til etter operasjonen.

### **Smerter**

Det kan være smerter umiddelbart etter operasjonen.

### **Mobilisering**

Du vil være oppe å gå kort tid etter operasjonen.

### **Utskrivelse**

Operasjonen utføres dagkirurgisk. Det vil si at du normalt blir utskrevet fra sykehuset 2-3 timer etter operasjonen er ferdig. Du får med deg informasjonsskriv med aktuelle telefonnummer til Aleris og kirurgen som opererte deg.

## **Etter utskrivelsen**

### **Kontakt etter utskrivelse**

Du vil bli ringt opp av helsepersonell dagen etter operasjonen for å høre hvordan du har det. Du kan da stille spørsmål du måtte ha. Du får med nødvendige telefonnummer ved utskrivning, hvis du ønsker å komme i kontakt med oss.

### **Smerter**

Huden vil være øm og bedøvet i operasjonsområdet etter operasjonen og det vil være smerter de første dagene. Det vil være hevelse og blålig misfarging av huden de første ukene etter operasjonen, men det normaliseres etter hvert. Du kan derfor ha bruk for noe smertestillende de første dagene. Du får tilsendt resept på smertestillende sammen med innkallingsbrevet til de første dagene etter operasjonen.

### **Sivning**

I de første dagene kan det sive en del fra de små innstikksstedene som følge av væske som benyttes til fettsugingen.

### **Bandasje**

Det settes på plaster på innstikksstedene og padding over for å hindre lekkasje.

Kompresjonsbekledning legges på umiddelbart etter operasjonen er avsluttet.

### **Aktivitet og hvile**

Du kan gjerne dusje 4 dager etter operasjonen. Behold plaster på innstikkstedene og skift til tørre etter å ha dusjet.

Du kan kjøre bil når du kan reagere normalt i enhver situasjon.

Du kan gå turer, sykle og oppta daglig aktivitet når du måtte ha lyst til det.

Men du skal ikke trene og drive hard fysisk aktivitet før 4 uker etter operasjonen.

Du kan svømme ca. 4 uker etter operasjonen, når sårskorpene er borte.

Det anbefales å være forsiktig med klorvann inntil sårene er helt grodd for å unngå hudreaksjoner.

### **Kompresjonsbekledning**

Du er viktig at du bruker kompresjonsbekledning i dag og natt i 4 uker og deretter 2 uker dagtid. Til sammen 6 uker på dagtid. Du kan gjerne bruke dette lenger om du har behov.

### **Tape/plaster**

Det anbefales å bruke papir tape over innstikkstedene de første 3 månedene etter operasjonen eller til arrene er bleke. 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 faktor 15.

### **Fjerning av sting**

Det blir vanligvis sydd med tråd som skal fjernes etter 7-10 dager. Du avtaler tid med sykehuset for å fjerne stingene.

### **Sykmelding**

Du vil ikke få sykmelding etter fettsuging da dette inngrepet er av kosmetisk indikasjon. Du bør ta fri fra jobben 2-10 dager helt avhengig av yrke du har og omfanget på fettsugingen.

### **Kontroll**

Kirurgen tilbyr deg å komme til etterkontroll 4-6 måneder etter operasjonen. Du må være klar over at resultatet av fettsuging synes ikke før tidligst 3 måneder etter operasjonen. Da er hevelsen mindre og huden har trukket seg sammen. Har du behov for kontroll tidligere, er du velkommen til å kontakte oss.

## **Mulige komplikasjoner og langtidsvirkninger**

### **Hevelse**

Det oppstår alltid hevelse etter en fettsuging, men i varierende grad. Hevelsen kan vare i opp til 6-12 uker.

### **Ujevnheter**

Ujevnheter etter en fettsuging kan skyldes flere ting. Det kan være sugd for lite eller for mye i enkelte områder. Dersom det er fjernet for lite, kan det som regel foretas en mindre korreksjon i lokalbedøvelse. Det kan være vanskelig å korrigere hvis det er fjernet for mye. Kirurgen prøver derfor heller fjerne for lite, enn for mye. Ujevnheter kan også skyldes slapp og uelastisk hud som ikke har evne til å trekke seg tilstrekkelig sammen. Da

hjelper det ikke med ytterligere fettsuging. Ujevnheter i form av mindre kuler kan være synlig i flere måneder etter en fettsuging.

### **Misfarging**

Det er vanlig at de behandlede områdene og områder nedenfor disse kan bli misfarget som ved et stort blått merke. Misfargingen minsker i løpet av en måned.

### **Smerter**

Du må regne med å være øm etter operasjonen. Det avtar i dagene etter operasjonen og varer sjeldent mer enn i 1-2 uker.

### **Nedsatt følelse**

Under en fettsuging påvirkes de små følelsesnervene i området som er fettsuget. I tiden etter fettsugingen får du derfor ha områder med nedsatt følelse. Dette vil normalt avta i løpet av 3-6 måneder, men hos enkelte kan det være permanent.

### **Blødning**

I veldig sjeldne tilfeller kan det forekomme blødning hvor det er behov for operativ uttømming av en blodansamling. I så fall vil det komme et arr i dette området.

### **Infeksjon**

Infeksjon under fettsuging er uhyre sjeldent, men kan forekomme. Man kan som regel behandle med antibiotika, men i ekstremt sjeldne tilfeller kan det være behov for kirurgisk drenasje. Tegn på infeksjon er rødme, varme, hevelse, dunkende smerter og eventuelt feber. Dersom du røyker er risikoen for infeksjon større

### **Blodproppdannelse**

I forbindelse med alle typer operasjoner kan det oppstå

blodproppdannelse i de dype venene i  
bena. Dette forsøker man å forebygge  
ved at du raskest mulig kommer deg  
opp og beveger deg.  
Blodproppdannelse er ytterst sjelden  
etter fettsuging.

OBS! Papirkopi gjelder kun 2018-03-13, ellers må håndskreven signatur finnes

---

Reg. nr:	Dok.typ:	Eier:	Godkjent av:	Gyldig fra:
34722-3	Rutine	Merete Strømme	Lene Berner Sletbak	2018-02-13