



# Pasientinformasjon: Lårplastikk -fjerning av slapp hud

OBS! Papirkopi gjelder kun 2018-03-14, ellers må håndskreven signatur finnes

Noen plages av løs hud på lårene etter vektnedgang mens andre opplever at huden mister elastisitet med årene. Det kan være til stor utseendemessig sjenanse, og det kan føre til fysiske plager i form av ubehag ved fysisk aktivitet, vansker med bekledning og hudgning og sår i hudfolder.

Løs hud på lårene kan fjernes ved en operasjon hvor overskytende hud og underliggende fett fjernes. Hos enkelte kan det anbefales å kombinere med en fettsuging av lårene for å oppnå best resultat.

### Hvem er egnet?

Lårplastikk egner seg for kvinner og menn som har løs hud på lårene som gir fysiske eller psykiske plager. Mange opplever behov for å fjerne løs hud på lårene etter vekttap. Er du fedmeoperert må det gå 2 år etter fedmeoperasjonen før man kan gjøre en lårplastikk. Er det rikelig med hudoverskudd som gir smerter og sår kan operasjonen søkes om å bli dekket via de offentlige avtalene med helseforetakene.

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 en lårplastikk 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 godt 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 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

På grunn av økt blødningsfare i forbindelse med operasjon, er det enkelte medikamenter du ikke skal ta. Står du på blod-fortynnende medikamenter, ta kontakt med plastikk kirurgisk avdeling på telefon 22 54 11 45 hvis du ikke har fått instruksjoner av kirurgen på vurderingstimen du hadde før

OBS! Papirkopi gjelder kun 2018-03-14, ellers må håndskreven signatur finnes

operasjon.

Bruker du medisiner mot høyt blodtrykk, angina, hjerterytmeforstyrrelse eller epilepsi skal du ta disse medisinene med et glass vann på operasjonsdagen.

Bruker du diabetesmedisiner, ta kontakt med plastikk kirurgisk avdeling på telefon 22 54 11 45.

Bruker du p-piller, skal du slutte med de 4 uker før operasjonen, og ikke starte igjen før 2 uker etter operasjonen.

### **Resept**

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

### **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 som nekrose/dødt vev.

### **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. 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 kjøpe en kompresjonsbukse med lange ben som skal tas på dagen etter operasjonen. Du kan kjøpe kompresjonsbuker i spesialforretninger.

### **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 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**

OBS! Papirkopi gjelder kun 2018-03-14, ellers må håndskreven signatur finnes

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 varer ca. 1,5 time og foregår i full narkose. Det startes med fettsuging av låret dersom dette er avtalt. Overskuddshud på innsiden av låret blir fjernet fra kneet og opp til furen under rumpeballen. Det settes lokalbedøvelse i sårene etter operasjonen er avsluttet.

### **Smerter**

Du må regne med et visst ubehag/smerter og nedsatt funksjon den første uken etter operasjonen. Du kan derfor ha bruk for noe smertestillende. Du får tilsendt resept på smertestillende sammen med innkallingsbrevet til de første dagene etter operasjonen.

### **Mobilisering**

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

### **Utskrivelse**

Når operasjonen utføres dagkirurgisk vil 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 og hevelse**

Du kan forvente smerter og ømhet i operasjonsområdet i 2 uker etter operasjonen.

### **Sivning**

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

### **Bandasje**

Du får elastiske bind og store plaster/kompresser over sårene på lårene. Dette fjernes 1 dag etter operasjonen. Kompresjonsbukse skal nå tas på. Tapen skal ikke fjernes før 12-14 dager etter operasjonen.

### **Aktivitet og hvile**

Du kan gjerne dusje 4 dager etter operasjonen. 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. Du kan gjenoppta daglige 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 4-6 ukene etter operasjonen. 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.

OBS! Papirkopi gjelder kun 2018-03-14, ellers må håndskreven signatur finnes

**Kompresjonsbukse**

Du skal bruke kompresjonsbukse dag og natt i 4 uker og deretter 4 uker dagtid. Til sammen 8 uker dagtid. Kompresjonsbuksen kan kjøpes/bestilles fra spesialforretninger som selger kompresjonsplagg.

**Plaster/tape**

Tape over sårene skal sitte på i 12-14 dager før den byttes første gang. Deretter byttes tape ca. 1 gang i uken. Det anbefales å bruke papir tape over arrene minimum de første 3 måneder etter operasjonen eller til arrene er bleknet. 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 15.

**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**

Kirurgen tilbyr deg å komme til etterkontroll 4-6 måneder etter operasjonen. Hvis du får har behov for kontroll tidligere er du selvfølgelig alltid velkommen til å kontakte oss.

**Sykmelding**

Du vil få sykmelding der det foreligger medisinsk indikasjon for operasjon. Du får ikke sykmelding 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 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 overfladiske eller dyp. Overfladisk nekrose kan leges med god sårpleie. Dypere nekrose kan kreve kirurgisk inngrep.

**Arr**

Arrene etter operasjonen vil ofte være røde og hovne opp til 12 måneder etter

OBS! Papirkopi gjelder kun 2018-03-14, ellers må håndskreven signatur finnes

operasjonen. Du får et permanent arr på innsiden av lårene. 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 på innsiden av låret. Dette forsvinner oftest etter 2-6 måneder, men nedsatt følelse kan bli permanent.