

Borstverkleining of -verstevinging

Plastische Chirurgie

Inleiding

In overleg met uw arts heeft u besloten een borstverkleining of –verstevinging te ondergaan.

Veel vrouwen hebben een probleem met te zware en /of hangende borsten of zijn niet tevreden met de vorm van de borsten. Door het gewicht van de borsten kunnen rug-, schouder- en/of neklachten ontstaan van de borsten.

Deze folder geeft algemene informatie over een borstverkleining of –verstevinging. Het is belangrijk dat u zich realiseert dat de situatie bij iedereen weer anders kan zijn. De folder is bedoeld als aanvulling op het gesprek met uw arts.

Vorbereiding operatie

De volgende informatie is belangrijk als voorbereiding op uw operatie:

- **verdooving** (anesthesie): een borstverkleining of –verstevinging vindt plaats onder narcose (algehele anesthesie). Nadat de arts met u heeft besproken dat u geopereerd gaat worden, brengt u een bezoek aan het Opnameplein. Op deze polikliniek spreekt u de anesthesioloog vóór een operatie. Hij bespreekt met u op welke manier u tijdens de ingreep wordt verdoofd en geeft u informatie over de voorbereidingen rond de ingreep. Tijdens uw bezoek aan het Opnameplein ontvangt u de brochure 'Informatie van de anesthesioloog voor patiënten die een operatie ondergaan';
- **medicijnen**: het kan zijn dat u moet stoppen met het innemen van geneesmiddelen die de bloedstolling mogelijk beïnvloeden (bloedverdunders), omdat deze middelen de kans op bloedingen tijdens of na de ingreep verhogen. Bloedverdunders die u mogelijk niet meer mag innemen, zijn:
 - acenocoumarol (Sintrom®)
 - fenprocoumon (Marcoumar®)
 - carbasalaatcalcium (Ascal®)
 - acetylsalicylzuur (Aspirine®)
 - clopidogrel (Plavix®)
 - Apixaban (Elquis®)
 - Dabigatran (Pradaxa®)
 - Rivaroxaban (Xarelto®)Uw arts bespreekt met u óf en wanneer u met deze medicatie moet stoppen. Ook mag u voor de ingreep geen pijnstillers (zoals diclofenac of ibuprofen) gebruiken, tenzij uw arts anders met u heeft afgesproken. Uw andere medicijnen kunt u gewoon doorgebruiken. Heeft u onduidelijkheden of twijfel over het gebruik van medicijnen, overleg dit dan met uw arts;
- **roken**: stop tenminste zes weken voor de behandeling met roken. In sigaretten zit de stof nicotine. Nicotine vernauwt de bloedvaten, waardoor problemen ontstaan bij de wondgenezing. Er is meer kans op complicaties, zoals ontstekingen, trage genezing van de wond of lelijke littekens;
- **vervoer**: wij verzoeken u van tevoren uw vervoer naar huis te regelen. Door de behandeling is zelfstandig naar huis reizen per auto, fiets of openbaar vervoer niet verantwoord;
- **ontharen**: om te voorkomen dat u na de operatie een ontsteking oploopt, mag u zich minimaal een week voor de operatie niet meer in het operatiegebied scheren of op een andere wijze ontharen. Moet het operatiegebied toch onthaard worden, dan gebeurt dit op aanduiding van de operateur op de operatiekamer;
- **sportbeha**: draagt u na de operatie zes weken lang een stevige sportbeha. Het beste kunt u twee verschillende maten aanschaffen, die kleiner zijn dan de omvang die u nu heeft.

Operatie

Bij de operatie wordt een deel van het borstklierweefsel met huid verwijderd, zo wordt een kleinere borst gevormd. Ook wordt de tepel verplaatst. Rond de beide tepelhoven ontstaat een cirkelvormig litteken en verder komt er bij de meeste technieken een litteken in de huidplooi onder de borst en een litteken in verticale richting tussen de tepelhof en de plooi onder de borst. De wonden worden gesloten met oplosbaar hechtmateriaal. Er kunnen dunne slangetjes (drains) worden ingebracht die bloed en vocht uit de wond afvoeren. In de meeste gevallen blijft een nacht opgenomen en kunt u de volgende dag naar huis. De plastisch chirurg kan u geen bepaalde cupmaat van

de beha garanderen na de operatie. In de meeste gevallen wordt de cup enkele maten kleiner. De nieuwe vorm van de borst wordt gemaakt door inwendige verplaatsing van vet en borstklierweefsel. In een enkel geval kunnen onderhuidse verdikkingen ontstaan, die aanleiding geven tot pijnklachten en operatief verwijderd moeten worden.

Na de operatie

Na de operatie zijn uw borsten kleiner en steviger. Het is niet altijd mogelijk om de borsten symmetrisch te maken en ook de vorm en gevoeligheid van de tepels kunnen anders zijn dan u had verwacht. Hoe uw littekens eruit komen te zien is niet geheel voorspelbaar. Vooral waar deze ver in de richting van de oksels doorlopen, kunnen ze vrij dik, rood en gevoelig worden. Na verloop van maanden neemt de gevoeligheid af en worden ze dunner en lichter van kleur. Soms kunnen de littekens ook breder worden.

Na de operatie dient u zes weken, dag en nacht, een goed steunende sport-beha (zonder beugel) te dragen. Deze moet u meenemen op de dag van de operatie. Ons advies is de eerste vier tot zes weken niet te sporten of zwaar te tillen en geen zware lichamelijke arbeid te verrichten. Massage met crème of lotion kan de littekens soepeler maken zodra de wonden helemaal genezen zijn.

Risico's en complicaties

Zoals bij iedere operatie, kunnen ook bij een borstverkleining of –versteving complicaties optreden. Gelukkig komen deze niet vaak voor.

Mogelijke complicaties zijn:

- nabloeding;
- wondinfectie;
- trombosebeen;
- gevoelloze huid;
- bloeduitstorting;
- gestoorde wondgenezing en weefselversterf, in een zeldzaam geval weefselversterf van de tepel;
- bemoeilijkt of onvermogen tot geven van borstvoeding;
- narcoserisico's. Deze risico's zijn niet groter of kleiner dan bij een andere ingreep. De anesthesioloog bespreekt deze met u.

Controle afspraak

Na de operatie maakt uw arts met u een controle afspraak voor wondcontrole, tenzij anders met u is afgesproken.

Mogelijkheden en verwachtingen

De plastisch chirurg houdt zoveel mogelijk rekening met de wensen van de patiënt wat betreft de vorm, grootte en stevigheid. Het is echter niet altijd mogelijk deze wensen voor 100% te realiseren. Door de sterke spanning die na de operatie in de weefsels optreedt, is het uiteindelijke model anders dan vlak na de correctie. Verder moet u zich realiseren dat bij een borstverkleinende of -verstevende operatie geen correctie wordt verricht van het overtollige weefsel onder de oksels (eventueel doorlopend naar de rug). Verslapping die eenmaal begonnen is, zal ook na deze vormverbeterende operatie doorgaan en kan het aanvankelijke resultaat op den duur nadelig beïnvloeden. Door gewichtstoename, zwangerschap of pilgebruik kunnen de borsten ook weer zwaarder worden.

Plastische chirurgie is geen exacte wetenschap. Wij kunnen geen garantie geven op de resultaten, op een ongestoord beloop of een gelijke stand (volledige symmetrie) bij een dubbelzijdige operatie.

Soms is een tweede operatie nodig om een optimaal resultaat te bereiken. Dit brengt extra kosten met zich mee, die of door uw verzekering of u zelf betaald moeten worden.

Vergoeding

Controleer van tevoren of uw ziektekostenverzekeraar een contract heeft afgesloten met het Medisch Spectrum Twente voor deze behandeling. De zorg wordt vergoed zoals de verzekeraar dat in de polis heeft bepaald. Sommige zorg valt niet onder de basisverzekering. U kunt zich hiervoor aanvullend verzekeren.

Er wordt daarbij wel gelet op de volgende criteria:

- borstomvang:
 - u heeft cup DD of groter (cup D bij lengte <1.60 meter);
 - u heeft last van hoge rugklachten of nek / schouderklachten die ontstaan door de borstomvang en waarbij andere oorzaken zijn uitgesloten;
 - andere therapieën zoals ondersteunende beha, pijnstilling en fysiotherapie blijken niet afdoende te zijn;
- hygiëne: chronisch smetten onder de borsten, waarbij voldoende hygiënische maatregelen en een adequate medische behandeling onvoldoende resultaat hebben gehad;
- ook uw gewicht speelt een rol. De Body Mass Index (BMI) geeft de verhouding tussen uw gewicht en lengte aan. Uw BMI dient lager dan 30 te zijn en gedurende 12 maanden stabiel.

Leefregels na een borstoperatie

Na een borstverkleining of –versteving gelden de volgende leefregels:

- u mag na 1 dag of nadat het verband is verwijderd weer douchen. Laat u de hechtpleisters zo lang mogelijk zitten;
- de arts of verpleegkundige verwijdert de hechtpleisters na ongeveer 10 - 14 dagen tijdens de wondcontrole, tenzij anders met u is afgesproken;
- verricht geen zware lichamelijke arbeid, til of sport niet gedurende vier tot zes weken. Hierna is de stelregel: 'wat goed aanvoelt mag u doen';
- draag zes weken een sportbeha (zonder beugel), dag en nacht. Neem deze mee op de dag van de operatie. De beha moet goed steun geven, maar mag niet knellen. Hierna mag u weer een beugelbeha dragen wanneer dit goed voelt;
- na een week mag u weer autorijden;
- UV-straling kan de littekens een paarse verkleuring geven. Vermijd de eerste zes maanden zoveel mogelijk de zon / zonnebank of bescherm u goed met een zonnebrandcrème met een hoge beschermingsfactor;
- de borsten zijn over het algemeen wat gezwollen na de operatie, ook kunnen zij wat geel / blauw verkleurd zijn door een bloeduitstorting. Over het algemeen verdwijnt dit binnen enkele weken;
- een definitief resultaat is pas na enkele maanden zichtbaar;
- in het operatiegebied kan het weefsel wat minder gevoelig of zelfs ongevoelig zijn. Dit herstelt zich weer gedeeltelijk of helemaal na enkele weken tot maanden;
- zijn de littekens goed genezen, dan kunt u deze met een littekencrème twee keer per dag soepel houden. Dit hoeft geen dure crème te zijn, Calendula crème is hiervoor bijvoorbeeld goed geschikt;
- heeft u pijn, dan kunt u een paracetamol nemen.

Verzorging van wond en litteken

Voor optimale genezing van wond en litteken geldt de volgende verzorging:

- na de operatie heeft u meerdere hechtingen. De meeste wonden zijn beschermd met hechtpleisters. Laat de hechtpleisters zitten tot de afspraak op de polikliniek;
- laat de wond zo veel mogelijk aan de lucht drogen, tenzij de dokter of de verpleegkundige dit anders aangeeft. Dit betekent dat u de wond zo min mogelijk afplakt met pleisters;
- zijn de littekens goed genezen, dan kunt u deze met een littekencrème soepel houden. Dit hoeft geen dure crème te zijn, Calendula crème (goudsbloemcrème) is hiervoor bijvoorbeeld goed geschikt. U kunt ook vitamine E crème, uierzalf, Bepanthen of Nivea gebruiken. Gebruik liever geen vaseline;
- neem een klein beetje crème of zalf. Met het topje van de pink heeft u al voldoende. Maak een ronddraaiende beweging over het litteken en zorg voor enige druk om het litteken soepel te houden. Heeft u nog kleine, nattende wondjes, sla deze dan over totdat er een korstje overheen zit. Masseer het litteken twee keer per dag en doe dit tenminste drie maanden;
- bedenk dat het litteken ongeveer anderhalf jaar nodig heeft om te genezen en tot rust te komen;
- bescherm het litteken goed tegen zonlicht en UV-stralen door een zonnebrandcrème met een hoge beschermingsfactor te gebruiken.

Aanvullende informatie

Aanvullende informatie kunt u vinden:

- op de website van ons ziekenhuis: <https://plastischchirurgen.com/>
- op de website <https://www.velthuiskliniek.nl/>
- in het Patiënten Service Centrum, route C02.

- op de website van de Nederlandse Vereniging voor Plastische Chirurgie (NVPC)
<https://nvpc.nl/documenten/chirurgische-bijsluiter-siliconen-borst-implantaten/>

(Pijn)klachten

Heeft u wondproblemen, ernstige pijnklachten of andere vragen, dan kunt u altijd tijdens kantooruren contact opnemen met de polikliniek Plastische Chirurgie.

Buiten kantoor tijden dient u contact op te nemen met de receptie van het ziekenhuis, telefoon (053) 487 20 00. Zij nemen contact op met de dienstdoende plastisch chirurg.

Belangrijke contactgegevens

- Onameplein, route C04, telefoon (053) 487 30 60;
- polikliniek Plastische Chirurgie Enschede, route C13, telefoon (053) 487 22 50;
- polikliniek Plastische Chirurgie Oldenzaal, route 180, telefoon (053) 487 22 50.

Tenslotte

U heeft recht op juiste en volledige informatie. Pas als u voldoende inzicht heeft, kunt u weloverwogen toestemming geven voor een bepaalde behandeling of een bepaald onderzoek. Als iets u niet geheel duidelijk is, vraagt u de specialist of verpleegkundige dan om nadere uitleg.