PRINTZLAU

PRIVATHOSPITAL

.

Til dig, der har fået foretaget brystløft

Tiden efter din operation

Bad og micropore plaster (det brune plaster)
Du må gå i bad 24 timer efter din operation. Du skal tage BH af, når du er i bad.

Efter badet skal du ”duppe” tørre plastrene. Hvis plastrene slipper, så reparerer du med nyt micropore plaster. Plastrene skal blive siddende indtil trådfjernelsen (Ca. 14. dag). Derefter anbefaler vi, at du anvender plaster i 3 mdr. efter operation, hvor du skifter det 1 x ugentligt.

Motion
1.uge:

- **Bevægelse er godt. Undgå belastning.**
- Arme løftes max. 90 grader.

2. uge:

- **Bevægelse er godt. Undgå belastning.**
- Bevægelse af arme tilbage til normalt

2-4. uge:

- Du må dyrke lettere motion (pulsen stiger) f.eks.: cykling, lange gå ture, let løb

Efter 4. uge:

- Du kan frit dyrke sport inkl. svømning, vægttræning og kontaktsport
- Du kan sove på maven igen, hvis du plejer dette

Sex
Vi tilråder forsigtighed, indtil trådfjernelse.
Indtil 4 uger efter operationen skal du undgå direkte fysisk belastning af brysterne.

Forbinding
BH skal bruges **dag og nat** i **3 uger, derefter 3 uger om dagen.**
Den skal støtte og IKKE stramme.
BH’en er maskinvaskbar (30 grader). Den må ikke tørretumbles.
Bøjle BH kan ikke benyttes i de første 3 måneder efter operation.

Kontakt os:
- hvis du oplever tiltagende rødme, hævelse eller smerter omkring operationssåret eller har andre spørgsmål.
Mail på: **sygepleje@printzlau.com**, gerne vedhæftet et billede samt telefonnummer og du vil blive kontaktet hurtigst muligt. Alternativt kan vagthavende sygeplejerske kontaktes på telefonnummer **5094 0308**. Der kan IKKE sendes SMS/MMS til vagttelefonen.

Med venlig hilsen

Printzlau Privathospital

Version 2.0/Gældende fra Januar 2021/Revideres Januar 2022/Udarbejdet af: ha/zl/Ansvar/godkendt: ha