

PRINTZLAU

PRIVATHOSPITAL

Til dig, der har fået foretaget fedtsugning

Tiden efter din operation

Bad og micropore plaster (det brune plaster)

Du må gå i bad 24 timer efter din operation. Komprimerende buks/vest/mavebælte skal tages af, når du er i bad.

Efter badet skal du "duppe" tørre plastrerne. Hvis plastrerne slipper, så reparerer du med nyt micropore plaster. Plasteret 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. Der kan komme blå mærker og lidt hårde partier i områderne, hvor der fedtsuges. De blå mærker forsvinder af sig selv. De hårde områder kan masseres, når den komprimerende bandage ikke anvendes længere.

Motion

1. uge:

- **Bevægelse er godt. Undgå belastning.**

2. uge:

- **Bevægelse er godt. Undgå belastning.**

2-4. uge:

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

Efter 4. uge:

- Du kan frit dyrke sport inkl. svømning, vægttræning og kontaktsport

Sex

Vi tilråder forsigtighed, indtil trådfjernelse.

Indtil 4 uger efter operationen skal du undgå direkte fysisk belastning af operationsområdet.

Forbinding

Komprimerende buks/vest/mavebælte skal bruges **dag og nat i 3 uger**.

Den skal støtte og IKKE stramme.

Buks/vest/mavebælte er maskinvaskbart (30 grader). De må ikke tørretumbles.

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

Heidi Amnitzbøll
Chefsygeplejerske
Printzlau Privathospital