PRINTZLAU

PRIVATHOSPITAL

Information om mommy makeover

Hvad er et mommy makeover?

Mommy makeover, også kendt som MMO eller mom job, er en operation hvor du samtidig får opereret mave og bryst. Traditionelt var det en operation til kvinder efter graviditet, deraf navnet. I dag får mange foretaget samtidig operation af bryster og mave efter vægttab med Wegovy eller Ozempic.

For at være en god kandidat til MMO, må du ikke være meget overvægtig. På Printzlau Privathospital anbefaler vi BMI under 30.

Du udregner dit BMI sådan: (din vægt i kg) / (din højde i meter)^2

Ved graviditet udvides huden over maven, og mange oplever, at huden ikke vil trække sig sammen igen. Jo ældre du var under graviditeterne og jo flere graviditeter, jo større er risikoen for at huden på maven vedbliver at være slap. Desuden oplever mange kvinder, at mavemusklerne vil glide fra hinanden og give en permanent slaphed af bugvæggen. Dette kan trænes, men ikke elimineres uden en operation.

Ved graviditet vokser brysterne, brystvorter og farven omkring brystvorterne ændres. Huden udvides i takt med at de vokser og mange oplever en permanent slaphed efter endt amning, hvor brysterne igen mister volumen. Jo ældre du var under graviditeter er og jo flere graviditeter og amme-perioder, jo slappere bliver brysterne.

Ved større vægttab efter diæt, motion eller medicinsk behandling med Wegovy eller Ozempic, bliver huden slappere både på maven og på brysterne. Venusbjerget vil typisk også falde lidt ned. Til forskel fra graviditeterne, vil forandringerne ved et større vægttab være mere fordelt over hele kroppen frem for isoleret på mave og bryster.

Ved en mommy makeover findes der virkeligt mange kombinationsmuligheder af maveoperatione og brystoperation.

Huden på maven kan strammes op enten ved en mini-maveplastik (mini- abdominalplastik) kun rettet mod den nedre del af maven (under navleniveau) eller mere almindeligt som en stor maveplastik (stor abdominalplastik) som opstrammer hele maven og hvor der også er mulighed for at opstramme mavemusklerne (rectusplastik).

Brystet kan løftes ved et almindeligt brystløft eller i kombination med en brystforstørrelse med implantater (BFO) eller med dit eget fedtvæv (fedttranplantation/lipofilling). I enkelte tilfælde kan brystimplantater alene løfte brysterne tilstrækkeligt, så der ikke behøves et kirurgisk brystløft med ar omkring brystvorten. Hvis brysterne er store fra naturen, men bare er blevet hængende efter amningen, kan løftet også foretages som en brystreduktion, hvor brysterne formindskes samtidig med løftet.

Det er altså en helt individuel planlægning, når du overvejer et mommy makeover (MMO)

Forundersøgelse

Her vil du drøfte dine spørgsmål med din plastikkirurg, få en vurdering og blive informeret om det forventede opnåelige resultat. Du vil blive informeret om følgevirkninger samt mulige komplikationer.

Ved forundersøgelsen vil du aftale og afprøve evt. implantat type og størrelser. Desuden vil du blive informeret om det tekniske ved operationen, i forhold til ar mm.

Hvis du er over 40 år gammel, skal der foretages undersøgelse med mammografi og ultralyd inden du gennemgår en brystoperation. Dette udelukker, at der er tegn på knudedannelse

i brystet og mindsker utrygheden, såfremt der, som følge af operationen opstår små ardannelser i brystet, som kunne give mistanke om brystkræft.

Du har krav på, og vi tilråder, at du har en bisidder med ved din forundersøgelse. Dette giver en bedre mulighed for, at få talt tingene igennem derhjemme inden du tager endelig beslutning om en operation.

Der skal gå mindst en uge fra forundersøgelsen, før du kan booke dig til en operation. Dette er for at sikre, at der ikke bliver taget forhastede beslutninger omkring kosmetisk kirurgi.

På operationsdagen:

Mommy Makeover (MMO) foregår altid i fuld bedøvelse og under indlæggelse til dagen efter operationen. Du skal have været fastende i 6 timer men må drikke vand indtil 2 timer før operationen.

Du bliver taget imod af en sygeplejerske, som viser dig til rette på din stue. Din identitet bliver sikret med et lille armbånd. Du får målt dit blodtryk og temperatur og bliver iklædt hospitalstøj.

Anæstesilægen gennemgår din bedøvelse med dig. Plastikkirurgen tegner på dig og sikrer sig at I er enige om planen.

Efter operationen

Umiddelbart efter operationen overflyttes du til opvågningsafdelingen, hvor specialsygeplejersken og anæstesilægen holder øje med dig, indtil du er helt vågen. Her opstartes den smertestillende behandling og mange patienter har også brug for kvalmestillende. Når du er helt vågen overflyttes du til din stue på sengeafdelingen.

Plastikkirurgen kommer og tilser dig og informerer omkring forløbet af operationen.

Sygeplejersken i sengeafdelingen hjælper dig på højkant, sørger for en god smertebehand-

ling og sikrer observation af tegn på komplikationer. Hvis du har dræn, bliver disse fjernet inden udskrivelsen. Den vagthavende plastikkirurg kommer og tilser dig inden udskrivelsen, typisk morgenen efter indgrebet.

BH og mavebælte skal anvendes i 6 uger, de første 3 uger dag og nat. Du anbefales, at indkøbe en god sports BH, som du kan skifte med, når den kirurgiske BH skal vaskes. Efter de 3 uger vil de fleste have gavn af, at fortsætte med god og støttende BH uden bøjler, om dagen, indtil 3 mdr. efter operationen. I denne periode kan du dog sagtens anvende bøjle BH til særlige lejligheder. Efter 2-3 uger møder du til fjernelse af tråde hos sygeplejersken. Der anvendes primært tråde, der forsvinder af sig selv, men enderne af trådene stikker ud og trådene i navlen skal fjernes. Besøget hos sygeplejersken fungerer også som en lille kontrol inden du vender tilbage til en mere almindelig hverdag.

Kontrol

Du møder til kontrol hos din plastikkirurg 3 måneder efter operationen. Her kan resultatet af operationen vurderes og der bliver taget nye foto som dokumentation.

Følgevirkninger

Ar

I de første 3 mdr. er arrene røde og hævede, herefter bliver de langsomt lyse og flade. Det anbefales at anvende plasterbehandling så længe arrene fortsat er røde, dette modvirker tendensen til permanent røde og hævede ar. Der går helt op til 2 år, før det endelige udseende af arrene kan vurderes.

Følelsesløshed

Der vil altid opstå nedsat følsomhed af huden på brystet og brystvorten i forbindelse med en brystoperation og på den nederste del af maven ved en maveplastik. Hos de fleste vender følsomheden af huden langsomt tilbage og du vænner dig til den resterende nedsatte følsomhed.

Følsomheden af brystvorterne er særlig kritisk. Ved løft af bryst lægges altid snit hele vejen

omkring brystvorterne uanset hvilken metode der anvendes. Dette betyder også, at følsomheden af brystvorterne mindskes ved en operationen. Her kan skelnes imellem ”berøringssansen” og den ”seksuelle følsomhed” af brystvorterne. Berøringssansen og rejsningsevnen af brystvorten vil typisk kun være påvirket i kort tid efter operationen. Berørings-sansen og rejsningsevnen er af stor betydning for ammefunktionen.

Den seksuelle følsomhed af brystvorten vil hos de fleste kvinder blive permanent nedsat eller helt forsvinde ved en brystoperationer.

Enkelte kvinder oplever en overfølsomhed, der også er generende, men som dog typisk forsvinder i løbet af det første år. Du skal således ikke få foretaget et mommy makeover, medmindre du er indstillet på risikoen for at miste den seksuelle følsomhed af brystvorterne.

Midlertidig hævelse

I ugerne efter operationen vil der være en hævelse af bryster og mave. Brysterne virker lidt ”pumpede” og har en rund facon, med meget fylde opadtil. Hævelsen forsvinder langsomt i løbet af 3 mdr. Brysterne kan virke lidt kantede, da det lodrette ar trækker lidt ind i brystet. Når arrene falder til ro i løbet af det første år, forsvinder det ”kantede” udseende og brysterne får sin endelige facon.

Amning

Vi anvender brystoperationsteknikker, hvor der efterlades forbindelse mellem kirtelvæv og brystvorte. Så i udgangspunktet bevares ammefunktionen.

Komplikationer

Blødning (1%)

Efter operationen stiger blodtrykket og herved kan et af de små blodkar som er delt ved operationen, briste og medføre en ansamling af blod under huden. Hvis det drejer sig om en større blødning er det nødvendigt med en ny operation. I givet fald sker dette næsten altid imens du stadig er indlagt og re-operationen gennemføres akut af den vagthavende plastikkirurg.

Infektion (1%)

Infektion skyldes bakterier, der enten er kommet i kontakt med operationsfeltet i forbindelse med selve operationen eller mere almindeligt er kommet ind i kroppen gennem det nye ar efter at du er kommet hjem. I de fleste tilfælde er der således tale om en overfladisk infektion i arret, som kan behandles med lokal pleje og antibiotika. I sjældne tilfælde kan infektionen sprede sig i dybden og gøre det nødvendigt at åbne op eller drænere betændelse under fornyet indlæggelse og behandling med antibiotika. I disse alvorlige tilfælde, vil infektionen kunne ødelægge det forventede resultat af operationen.

Dødt væv (nekrose) (<1%)

Hvis huden strammes for meget, eller der tilstøder komplikationer i form af større blødning eller infektion, kan dette betyde, at blodcirkulationen i det opererede område bliver kritisk lav. Fedtvævet er mest følsomt og dødt fedtvæv efterlader en såkaldt fedt- nekrose, som igen efterlader en hård knude, som kan være øm og give anledning til bekymring. Hudnekrose kan ses på den nederste del af maven og i samlingspunkter under brystvorten eller under brystet. Disse komplikationer kan nødvendiggøre fornyet operation, men det er ikke altid, at der herefter kan opnås et tilfredsstillende æstetisk resultat. I yderste konsekvens kan det gå ud over brystvorten, hvor dele eller hele brystvorten mistes.

Permanent mistet følsomhed (<1%)

Følsomheden af huden på undersiden af brystet kan blive nedsat eller ”sovende”. De fleste oplever problemet som mindre generende med tiden, selvom skaden er permanent. Dette skyldes formentlig, at hjernen vænner sig til den manglende følsomhed. Som anført vil de fleste opleve nedsat seksuel følsomhed af brystvorten, men enkelte oplever helt ophævet følsomhed og dermed også ophævet rejsningsevne. Dette betyder også, at signalerne, der er nødvendige til stimulation af mælkeproduktion er ophævet og dermed ødelægges amme-funktionen. Hvis du bliver gravid efter en brystoperation, skal du dog altid prøve, at amme, da dette ofte kan lade sig gøre selv med ganske lav følsomhed af brystvorterne.

Hypertrofisk ardannelse (2%)

Enkelte patienter har tendens til, at danne meget arvæv ved operationer. Såkaldt hypertrofisk ardannelse. Alle ar er røde og hævede i månederne efter operationen. Men ved hypertrofisk ardannelse, forbliver arrene røde og hævede i over 1 år efter operationen. Arrene kan behandles med plaster over flere måneder og i svære tilfælde med indsprøjtning af steroid direkte i arvævet. I sjældne tilfælde kan der senere forsøges med kirurgisk korrektion af et skæmmende ar.

Hypertrofisk ardannelse adskiller sig fra Keloid, som er en arvelig ar-sygdom, hvor arvævet breder sig ud over det opererede område. Patienter med kendt Keloid bør ikke få foretaget kosmetisk kirurgi.

Blodpropdannelse i ben og lunger (ekstremt sjældent)

Ved alle store operationer, hvor du ligger længe på operationsbordet, er der en lille risiko for blodpropdannelse i de dybe vener i benene. Hvis en sådan blodprop river sig løs, kan den med blodbanen føres til lungerne og dermed blokere for iltoptagelsen, hvilket i yderste konsekvens kan føre til dødsfald.

Der findes nogle typer af P-piller, som giver øget tendens til blodpropper. Disse skal pauseres eller erstattes af en anden type P-piller inden en større operation. Når vi planlægger en stor operation i fuld bedøvelse vil du blive udstyret med støttestrømper få en indsprøjtning med et blodfortyndende præparat en gang om dagen mens du er indlagt.

Du kan selv gøre en del efter operationen for at forebygge blodpropdannelse. Det er vigtigt at komme hurtigt på benene efter operationen. Du kan huske at bevæge fødder når du ligger i sengen og efter du er kommet hjem skal du hellere bevæge dig stille og roligt omkring frem for at ”indlægge dig selv” i sengen eller på sofaen.

Det er vigtigt, at du er opmærksom på evt. hævelse og ømhed dybt i læg eller lår i de første uger efter en stor operation, så vil det formentligt være muligt, at få dig henvist til sygehus med henblik på blodfortyndende behandling. Nogle patienter har en kendt tendens til blodpropdannelse i familien eller har selv tidligere haft blodprop i benet. Her skal der

planlægges særlig forlænget blodfortyndende behandling, hvor du selv injicerer dig én gang om dagen i en uge efter operationen.

Holdbarhed

Et mommy makeover giver en permanent forandring af mave og bryster, men den opstrammende effekt af operationen er ikke stabil. Opstramninger af hud og væv hos mennesker, stopper ikke aldringsprocesserne. Så der findes ingen opstrammende indgreb "der holder evigt". På den anden side vil det, der er fjernet ikke komme igen. Graviditet, overvægt og vægttab vil også betyde fornyet slaphed af huden. Den opstrammende effekt af et mommy makeover er individuel og påvirkes både af arvelige faktorer og ydre faktorer, som påvirker hudens elasticitet (hormoner, rygning o.a.).