

Regler for adfærd under din ansigtsoperation

Kære patient,

der opstår ofte spørgsmål i forbindelse med ansigtskirurgi (f.eks. næseoperation, øjenlågsløft, ansigts-/halsløft). For at hjælpe dig med at forberede dig på din operation og tiden efter, har vi samlet nogle adfærdsregler til dig nedenfor:

- Du skal møde fastende til operationen under fuld narkose. Spørg anæstesilægen om de nøjagtige ventetider under anæstesikonsultationen. Ved mindre indgreb i lokalbedøvelse, f.eks. løft af øvre øjenlåg, behøver du ikke at være fastende.
- Hvis du ønsker at tegne en forsikring mod følgeomkostninger, skal du gøre det mindst én dag før operationen. Sørg for at vælge den rigtige tarif!
- Du bør holde op med at tage blodfortyndende medicin som Aspirin™, ASA og Marcumar 2 uger før operationen. Hvis dette ikke er muligt af medicinske årsager, skal det afklares med din læge/internist før operationen, hvordan "brobygningen" skal foregå.
- Du bør afholde dig fra nikotin i mindst 2 uger før og efter operationen, helst 6 uger før og efter operationen. Dette gælder også for tyggetobak, vandpiber, nikotinplastre og nikotintyggegummi.
- Du bør undgå alkohol og overdreven indtagelse af kaffe og chokolade i mindst 1 uge før og efter operationen.
- Undlad venligst at bruge ansigtscremer, make-up, eyelash extensions og kontaktlinser på operationsdagen. Du må ikke bære metal på kroppen under operationen, så du bør fjerne smykker, øreringe, piercing osv. på forhånd.
- Få dig selv hentet efter operationen. Du må ikke køre selv, heller ikke ved ambulante indgreb med lokalbedøvelse.
- Sov med hovedgærdet hævet de første par nætter, eller brug flere puder, hvis din seng ikke er justerbar.
- Efter en øjenlåsoperation kan øjnene reagere følsomt på vind og sollys. I disse tilfælde kan det være en hjælp at bære solbriller.
- Stingene fjernes normalt ca. en uge efter operationen, og ved næseoperationer fjernes også silikonepropperne i næsen og den ydre aluminiumsskinne.
- Efter en operation bør man ikke bare ligge i sengen eller på sofaen. Den bedste tromboseprofylakse er motion. Du bør derfor gå regelmæssige ture, helst sammen med andre. Du bør også drikke nok og regelmæssigt efter operationen.

- Blå mærker og hævelse efter operationen er normalt og vil forsvinde. Du kan køle dine øjne efter et øjenlågsløft. Undgå, at isen kommer i direkte kontakt med huden eller øjnene. Hvis der er injiceret autologt fedt, må de injicerede områder ikke afkøles!
- Undgå at arbejde med hovedet foroverbøjet i de første dage efter operationen. Det gælder især efter næseoperationer. Undgå blodtryksstigninger og høj puls, f.eks. på grund af overanstrengelse, sport eller samleje.
- Lad tapen sidde på såret indtil opfølgingsbesøget. Silikoneskinnerne og næseskinnen må aldrig fjernes uden tilladelse under næseoperationen! Efter næseoperationen må du ikke pudse næse eller trække den op. Du må kun duppe næsen forsigtigt med et lommetørklæde.
- Cirka 1 til 2 uger efter operationen kan du begynde at pleje arret efter konsultation med Dr. Sattler. Det anbefales at anvende en silikoneholdig argelé, som smøres på tør hud en til to gange om dagen. Friske ar tåler ikke UV-lys. Direkte sollys eller besøg i solariet anbefales derfor ikke i flere måneder. Der findes også ar-geler med en integreret solbeskyttelsesfaktor.
- Forkæl dig selv med ny makeup. Gamle pudderåser, eyelinerblyanter osv. er ofte forurenede med bakterier. De bør ikke komme ind i friske sår.
- Besøg i saunaer, dampbade, svømmebassiner og boblebade skal undgås i mindst 6 uger. Det samme gælder for badesøer, havet og offentlige svømmehaller.
- Spis en afbalanceret kost, og sørg for at få nok protein, C-vitamin og zink. Du må under ingen omstændigheder begynde på en fedtfattig diæt eller et fasteprogram umiddelbart efter operationen, da det kan forringe sårhelingen.
- At spise ananas hjælper mod hævelser. Ananasenzymet (bromelain) kan også tages i tabletform. Heparinsalve hjælper mod blå mærker og diclofenacgel mod hævelse, smerter og spændinger. Disse stoffer bør selvfølgelig ikke bruges, hvis du lider af allergi.
- Dr. Sattler kan ikke udstede en sygemelding/erklæring om uarbejdsdygtighed efter din operation. Kontakt venligst din egen læge i denne forbindelse. Loven foreskriver dog, at du skal tage rekreationsorlov til rent æstetiske procedurer, hvis du ikke er i stand til at arbejde.

Giv dig selv og din krop en pause, og vær tålmodig. **Sørg for at møde op til de kontrolbesøg, vi tilbyder, og følg ovenstående adfærdsregler.** I akutte nødsituationer uden for vores konsultationstid bedes du kontakte et plastikkirurgisk akutambulatorium, f.eks. på UKE.

Dit plastikkirurgiske team Dr. Sattler

Jeg har taget adfærdsreglerne til efterretning og vil overholde dem.

Sted, dato, patientens underskrift