

## MERKBLATT: BRUSTVERGRÖSSERUNG MIT IMPLANTAT

### VOR DEM EINGRIFF

Sie können sich auf den Eingriff freuen, denn ein Wunsch geht in Erfüllung und dafür sind Sie bei uns in guten Händen.

Bitte lassen Sie sich nach dem Eingriff abholen. Dabei besteht kein Zeitdruck – gerne verwöhnen wir Sie noch mit einem delikaten Essen.

#### Bitte befolgen Sie die folgenden Punkte:

##### 10 Tage vor dem Eingriff:

- Bis zum Eingriff dürfen Sie keine blutverdünnenden Schmerzmittel mehr einnehmen, wie z.B. Aspirin, Salicylsäure, Ponstan, Mefenacid, Brufen, Ibuprofen, und Voltaren.
- Erlaubte Schmerzmittel sind Dafalgan, Panadol, Paracetamol, Neocitran, und Acetalgin.
- Bitte informieren Sie uns, wenn Sie ärztlich verordnete Blutverdünner nehmen müssen.
- Holen Sie mit dem Rezept die Medikamente in Ihrer Apotheke.
- Dehnen Sie den Brustmuskel morgens und abends; das beschleunigt den Heilungsverlauf.

##### 5 Tage vor dem Eingriff:

- Beginnen Sie mit der Körpervorbereitung. Verwenden Sie 1x täglich das Duschmittel (inkl. Haare), 2x täglich das Nasengel und 3x täglich die Mundspülung.
- Hairconditioner und Bodylotion dürfen Sie weiterhin verwenden.

##### 1 Tag vor dem Eingriff:

- Nehmen Sie abends eine leichte Mahlzeit zu sich.
- Beginnen Sie abends mit dem Magenschoner.

##### Am Eingriffstag:

- Bis 6h vor dem Eingriff dürfen Sie eine leichte, fettarme Kost einnehmen.
- Bis 2h vor dem Eingriff dürfen Sie normales Wasser trinken (keine Milch).
- Ziehen Sie bequeme Kleider an.
- Entfernen Sie jeglichen Schmuck (inkl. Piercings).
- Binden Sie lange Haare bitte oben am Kopf zusammen.
- Bringen Sie das unterschriebene Aufklärungsblatt mit und geben es bei uns ab.

## NACH DEM EINGRIFF

Grundsätzlich können Sie nichts falsch machen, das Implantat kann sich nicht verschieben. Üben Sie sich in Geduld. Die Brüste sind nicht symmetrisch – und so auch nicht die Genesung. Es ist normal, dass eine Seite mehr schmerzt oder geschwollener ist.

In der Anfangszeit kann es sein, dass Sie ein „Blubbern“ oder „Glutschern“ hören. Blutergüsse und Schwellungen dauern bis zu 6 Wochen an und die Implantate benötigen 6 Monate, um nach unten zu wandern. In der Regel tun sie auch das nicht zur gleichen Zeit. Ein Brustband (Stuttgarter Gürtel) sollte nicht verwendet werden.

Anfänglich können die Brüste unnatürlich aussehen und/oder sich hart anfühlen. Ausserdem sind die Brustwarzen oft sehr empfindlich nach dem Eingriff. Haben Sie Vertrauen - das Endergebnis entfaltet sich erst nach 6 bis 12 Monaten. Das Gefühl der Brustwarzen verbessert sich laufend während 18 Monaten.

### Bitte beachten Sie die folgenden Punkte:

#### Körperpflege

- Duschen mit lauwarmem Wasser ist sofort wieder erlaubt. Die Pflaster anschliessend trockenföhnen. Das desinfizierende Duschmittel benötigen Sie nicht mehr.
- Damit die Brust schneller weich und die Elastizität der Haut erhöht wird, empfehlen wir die spezielle Brustcreme «Breast» von Hyacell (diese können Sie bei uns oder bei Galaxus beziehen).
- Bitte lassen Sie die Pflaster auf der Haut bis Sie wieder in die Sprechstunde kommen. Falls sie vorzeitig abfallen, kleben Sie die Wunde mit einem handelsüblichen Steristip für insgesamt 5 bis 6 Wochen ab. Anschliessend empfehlen wir das medizinische Narbengel Dermatix.
- Tattoos und neue Piercings sind nach 6 Wochen wieder erlaubt.
- Schützen Sie die Narbe während der ersten 6 Monate vor der Sonne. Die restliche Brust muss nicht vor UV-Strahlen geschützt werden.

#### Körperschonung

- Sitzen, stehen und gehen ist besser als liegen. Auch Kühlen hilft gegen Schwellungen.
- Machen Sie die gezeigten Armübungen und lockern Sie die Schulterpartie.
- Nehmen Sie das Schmerzmittel Ponstan alle 6h ein (4x/Tag). Bei starken Schmerzen verwenden Sie nach 3h zusätzlich Novalgin. Beim Abklingen der Schmerzen reduzieren Sie die Medikamente.
- Schlafen Sie die erste Nacht mit leicht erhöhtem Oberkörper.
- Sofern Sie keine Schmerzen verspüren, dürfen Sie auch auf der Seite schlafen.
- Führend Sie von Anfang an leichte Druckmassagen auf der Haut aus. Nach 3 Wochen beginnen Sie, das Implantat zu kneten.
- Sportbeginn und körperliche Anstrengungen sind nach 3 Wochen erlaubt. Hören Sie auf Ihren Körper und vermeiden Sie schmerzhaft Bewegungen. Uneingeschränkte Aktivitäten sind nach 3 Monaten wieder möglich.
- Schwimmen im See oder im Meer ist bei guter Wundheilung nach 4 Wochen wieder erlaubt
- Tragen Sie den Spezial-BH während der ersten 6 Wochen Tag und Nacht. Es kann sein, dass Sie Bügel-BHs erst nach ein paar Monaten wieder gut vertragen.

### Was ist bei einem Notfall?

Bitte melden Sie sich bei uns, falls Sie eine Infektion vermuten (gerötetes Operationsgebiet, überwärmt, Fieber oder nässende, übelriechende Wunde). Im Falle eines plötzlichen Blutergusses mit starker Schwellung braucht es nur Geduld. Die Blutung hört von alleine auf und der Körper baut diese auch wieder ab. Nach 8 Wochen sehen die Brüste wieder symmetrisch aus.

Bei Unsicherheiten sind wir immer für Sie da. Bei einem Notfall ausserhalb der Öffnungszeiten befolgen Sie die Anweisung auf dem Anrufbeantworter, damit Sie sich direkt mit Ihrem Arzt verbinden können. Während der Nacht rufen Sie bitte 2x nacheinander an. Falls Ihr Anruf nicht entgegengenommen werden kann, hinterlassen Sie eine Nachricht und es wird Sie gleich jemand zurückrufen.