



LUCERNE CLINIC

Glücksgefühle

MERKBLATT: BRUSTOPERATION MIT SILIKONIMPLANTAT

NACH DEM EINGRIFF

Zu Beginn sind Ihre Brüste geschwollen und sehen unförmig aus. Es ist auch ganz normal, dass Ihre Brüste eine rechteckige Form haben können und sie sich hart/prall anfühlen. Machen Sie sich deshalb keine Sorgen, wenn Ihnen die Brust am Anfang beim Blick in den Spiegel noch nicht gefällt. Ein hörbares «Blubbern» oder «Glutschern» ist in den ersten Tagen und Wochen ebenfalls normal. Die Verheilung der beiden Brüste verläuft nicht gleichzeitig. Üblicherweise schmerzt eine Seite mehr und ist geschwollener. Ziehende Schmerzen können mehrere Monate spürbar sein. Blutergüsse und Schwellungen dauern bis zu 6 Wochen an und die Implantate benötigen mehrere Monate, um nach unten zu senken. In der Regel tun sie dies nicht zur gleichen Zeit, was die Brüste asymmetrisch aussehen lässt. Ausserdem sind die Brustwarzen in den ersten 3 Monaten teils sehr empfindlich und die Haut im unteren Brustbereich kann sich über mehrere Monate taub anfühlen. Haben Sie Vertrauen - das Endergebnis entfaltet sich erst nach 6 bis 12 Monaten. Das Gefühl der Brustwarzen verbessert sich laufend während 18 Monaten.

Grundsätzlich dürfen Sie nach dem Eingriff alle Bewegungen ausführen, solange diese nicht schmerzen. Achten Sie auf langsame und kontrollierte Bewegungen. Etwas «kaputt machen» können Sie nicht. Die Implantate können nicht verrutschen und die Narben können nicht aufreissen. Wir empfehlen Ihnen ab dem ersten Tag nach dem Eingriff unsere Brustübungen auszuführen – diese finden Sie auf unserer Webseite unter:

lucerneclinic.ch/brustuebungen

DARF ICH DIE LUCERNE CLINIC BEI UNSICHERHEITEN KONTAKTIEREN?

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 baldmöglichst jemand zurückrufen.

BITTE KONTAKTIEREN SIE UNS BEI FOLGENDEN SYMPTOMEN

- Fieber
- Atemnot
- Gerötetes, überwärmtes Operationsgebiet
- Feuchtes Pflaster oder nässende, offene Wunde
- Schmerzen im Unterschenkel oder in der Kniekehle

Starke Blutergüsse sind harmlos und können in den ersten 2 Wochen auftreten. Typisch für einen Bluterguss ist eine plötzliche und starke Schwellung einer Brustseite (bis zum Schlüsselbein), welche innerhalb von 45 Minuten auftritt und anschliessend sistiert. Dieser wird begleitet von Dehnungsschmerzen und teils von einer Kreislaufschwäche. Durch den Druck in der Brust stoppt die Blutung von allein. Eine Operation ist nicht nötig, da sonst das Risiko von einem noch grösseren Blutverlust besteht. Bewahren Sie Ruhe. Achten Sie auf ausreichend Flüssigkeitszufuhr und vermeiden Sie rasches Aufstehen. Kühlen hilft gegen die Schmerzen. Ihr Körper baut den Bluterguss innerhalb von 8 Wochen selbst komplett wieder ab.



Lucerne Clinic
Seidenhofstrasse 9
CH-6003 Luzern

Tel. +41 41 511 80 80
info@lucerneclinic.ch
lucerneclinic.ch

FOLGENDE PUNKTE SIND NACH DER OPERATION ZU BEACHTEN

Medikamente	<ul style="list-style-type: none"> → Nehmen Sie die Medikamente ein, wie wir sie Ihnen verordnet haben. → Bei abnehmenden Schmerzen oder bei Nebenwirkungen (Blähungen, Übelkeit) reduzieren oder stoppen Sie die Schmerzmittel. → Magenschoner 1x tägl. (30 min vor dem Essen) einnehmen solange Sie die Schmerzmittel einnehmen.
Übungen	<ul style="list-style-type: none"> → Befolgen Sie das Übungsvideo ab dem ersten Tag nach dem Eingriff, welches Sie auf unserer Webseite finden lucerneclinic.ch/brustuebungen
Schlafen	<ul style="list-style-type: none"> → Sitzen, stehen und gehen ist besser als liegen. → Schlafen Sie die erste Nacht mit erhöhtem Oberkörper, danach auf dem Rücken. → Schlafen auf der Seite ist ab 3 Wochen erlaubt, auf dem Bauch ab 3 Monaten.
Duschen / Hautpflege	<ul style="list-style-type: none"> → Duschen ist am Folgetag der OP mit lauwarmem Wasser erlaubt. Nach dem Duschen die Pflaster trockenföhnen. Das desinfizierende Duschmittel, die Mundspülung und die Nasensalbe benötigen Sie nicht mehr. → Schwimmen im See / Meer ist bei guter Wundheilung nach 4 Wochen wieder erlaubt. → Kühlen im Dekolletébereich hilft gegen Schwellungen. → Damit die Brust schneller weich und die Elastizität der Haut erhöht wird, empfehlen wir die spezielle Brustcreme «Breast» von Hyacell. Führen Sie leichte Druckmassagen auf der Haut aus. Die Informationen zur Anwendung/Massage finden Sie ebenfalls unter lucerneclinic.ch/brustuebungen
Nahtmaterial	<ul style="list-style-type: none"> → Das Nahtmaterial ist selbstauflösend und muss nicht gezogen werden.
Pflaster / Narbe	<ul style="list-style-type: none"> → Belassen Sie die Pflaster für 6 Wochen. Bei Bedarf dürfen Sie die Pflaster wechseln.. Verwenden Sie unsere Steristrips und desinfizieren Sie die Wunde vorgängig. → Bei nässender/unschöner Wunde, senden Sie bitte ein Foto an: info@lucerneclinic.ch → Nach 6 Wochen empfehlen wir Ihnen das medizinische Narbengel «Dermatix», welches Sie an der Nachkontrolle bei uns beziehen können.
Kompressions-BH	<ul style="list-style-type: none"> → Tragen Sie den BH für 6 Wochen Tag und Nacht. Bei nachlassender Schwellung, BH «enger» stellen. Wenn er zu gross wird, bei 60° waschen. → Sie dürfen auch einen gut stützenden Sport-BH verwenden. → Falls der BH zu fest auf die Narbe drückt, die Trägerlänge etwas verlängern, so dass der Bund tiefer sitzt oder eine Kompresse einlegen. → Sie dürfen den BH auch für 2-3 Stunden ausziehen, falls Sie dies wünschen (z.B. Bikini im Sommer oder spezielles Oberteil).
Sport	<ul style="list-style-type: none"> → Vermeiden Sie schmerzhaft, ruckartige Bewegungen. → Sportbeginn und körperliche Anstrengungen sind langsam nach 3 Wochen wieder möglich. Starten Sie mit dem Unterkörper. → Uneingeschränkte Aktivitäten sind nach 3 Monaten (Brustmuskel) wieder erlaubt.
Autofahren / Fahrradfahren	<ul style="list-style-type: none"> → Sobald Sie sich fit genug fühlen und keine Schmerzen verspüren, ist dies wieder erlaubt.
Gewicht tragen / hochheben	<ul style="list-style-type: none"> → Es gibt keine Gewichtsbeschränkung. Ihr Körper sagt Ihnen, was möglich ist.
Sonnenschutz	<ul style="list-style-type: none"> → Schützen Sie die Narbe während 6 Monaten vor direkter Sonneneinstrahlung (LSF 50+). Die restliche Brust muss nicht vor UV-Strahlen geschützt werden.
Tattoos / Piercings	<ul style="list-style-type: none"> → Um das Infektionsrisiko möglichst gering zu halten, empfehlen wir 6 Wochen damit zu warten.
Haarentfernung	<ul style="list-style-type: none"> → Dies ist sofort wieder erlaubt.
Geschlechtsverkehr	<ul style="list-style-type: none"> → Dies ist in «gemässigtem» Rahmen erlaubt.
Zyklus	<ul style="list-style-type: none"> → Kurzzeitige Zyklusstörungen können nach Operationen auftreten.