Alrijne

Plastische Chirurgie

Borstverkleining/borstlift

Contactgegevens ziekenhuizen van Alrijne

Leiden
Houtlaan 55
2334 CK Leiden
071 582 8282

Leiderdorp
Simon Smitweg 1
2353 GA Leiderdorp
071 582 8282

Alphen aan den Rijn
Meteoorlaan 4
2402 WC Alphen aan den Rijn
071 582 8282

www.alrijne.nl

Met uw behandelend arts heeft u gesproken over een operatie om uw borsten te verkleinen. Deze folder geeft u een overzicht van deze operatie, de voorbereidingen en adviezen voor de periode na de operatie.
De informatie in deze folder is van algemene aard. Voor u persoonlijk kan de situatie anders zijn dan beschreven.

De borstverkleining

Vrouwen die een borstverkleining laten uitvoeren doen dit meestal niet om mooie borsten te krijgen. Meestal zijn de lichamelijke en/of psychische gevolgen van zware of slappe borsten de reden.
Door het gewicht van de borsten kan pijn in de schouders, de rug en de hals ontstaan en snoeren bh-bandjes diep in de huid van de schouder. De borsten kunnen gevoelig of zelfs pijnlijk zijn.
Zware borsten geven problemen bij een groot aantal sporten en veel vrouwen kunnen moeilijk passende kleding vinden. Door het constante huid-op-huid contact kunnen er smetplekken ontstaan onder de borsten. Zware borsten kunnen leiden tot psychische en emotionele problemen door opmerkingen vanuit de omgeving en door een negatief zelfbeeld.

Mogelijkheden en verwachtingen

Natuurlijk zal er bij een borstverkleinende operatie binnen bepaalde grenzen rekening worden gehouden met de gewenste cupmaat. Ook de plastisch chirurg zal vanuit zijn of haar visie en ervaring een idee hebben over de meest geschikte grootte. Dit advies komt meestal overeen met de wens van de vrouw die de operatie wil ondergaan. Er is geen garantie te geven dat de operatie tot de gewenste cupmaat zal leiden.

Na de operatie zijn de borsten kleiner en steviger, maar er zijn wel blijvende littekens. Hoe deze littekens eruit zien, verschilt per persoon. Ze kunnen vrij dik, rood en gevoelig worden. Dit herstelt meestal na verloop van maanden. De zwelling en gevoeligheid nemen af. De littekens worden meestal smaller en witter, maar kunnen ook breder worden. Soms zijn de borsten na de operatie niet helemaal gelijk van grootte. Ook de vorm en de gevoeligheid van de tepels kunnen anders zijn dan voor de operatie. Na operaties waarbij ook het klierweefsel onder de tepel wordt verwijderd, is borstvoeding vaak niet meer mogelijk.

Bij een borstverkleinende of borstverstevigende operatie wordt geen correctie uitgevoerd van het overtollig weefsel dat bij sommige vrouwen doorloopt van de oksel naar de rug. Onderzoek naar knobbeltjes of andere afwijkingen blijft na een borstverkleining goed uitvoerbaar. Afhankelijk van uw leeftijd wordt het verwijderde weefsel voor onderzoek opgestuurd naar de patholoog-anatoom om eventuele afwijkingen in het verwijderde klierweefsel op te sporen. Mocht dit bijzonderheden opleveren, dan hoort u dat van uw plastisch chirurg.

Voorbereiding

- Als u te zwaar bent is het verstandig voor een borstverkleinende operatie af te vallen om een beter resultaat te krijgen. Wanneer u dit na de operatie doet zullen de borsten weer verslappen. Als u op het streefgewicht bent gekomen, maakt u een afspraak met de plastisch chirurg. De operatie kan dan zonder onnodige risico's worden uitgevoerd, met een goede kans op een mooi resultaat.
- Als besloten wordt tot een borstverkleinende operatie, heeft u enige tijd voor de operatie een afspraak op het preoperatief spreekuur van de anesthesie. Daar krijgt u informatie over de narcose en het nuchter zijn. Als u vragen heeft over de narcose dan kunt u deze op dit spreekuur stellen.
- Wanneer u geneesmiddelen gebruikt moet u dat aan uw behandelend arts melden. Bepaalde medicijnen mag u in overleg met uw arts een aantal dagen voor de operatie niet meer innemen.
- Nicotine vergroot de kans op problemen bij de wondgenezing. Uw arts raadt u daarom dringend aan om 6 weken voor en na de operatie volledig te stoppen met roken.
- Wij adviseren u om een steungevende elastische bh (zonder beugel) te kopen. De arts zal met u bespreken welke cupmaat u kunt kopen. Deze neemt u mee naar het ziekenhuis de dag van de ingreep.
- Het is raadzaam om pyjama's met een voorsluiting mee te nemen. De operatiewond kan dan gemakkelijk worden verzorgd.

Bloedverdunners

Als u bloedverdunnende medicijnen gebruikt, moet u dit melden.

- Wanneer u via de Trombosedienst bloedverdunners (marcoumar, fenprocoumon, acenocoumarol) heeft gekregen, stuurt de polikliniek Plastische Chirurgie een wijzigingsformulier naar de trombosedienst. U krijgt voor de operatie van de Trombosedienst instructies over het gebruik van uw medicijnen. Daarnaast moet u één uur voor de ingreep bloed laten prikken in het laboratorium. Het laboratoriumformulier (loopbrief) krijgt u toegestuurd. Op de dag van operatie moet een 'normale' stolling zijn bereikt (INR 1,5 - 2,0).
- Aspirine, ascal, acetylsalicylzuur, carbasalaatcalcium, diclofenac, voltaren, ibuprofen, advil hoeven niet vooraf gestaakt te worden ondanks de licht bloedverdunnende werking.
- De volgende middelen moeten tenminste 5 dagen voor de operatie worden gestaakt: persantin, dipyridamol, plavix, clopidogrel. Let op: clopidogrel mag alleen worden gestopt als de eventuele TIA/CVA meer dan 3 maanden geleden plaatsvond.
- De volgende middelen (NOAC/DOAC) moeten 24 uur voor de operatie zijn gestaakt: dabigatran, rivaroxaban, apixaban, edoxaban.

N.B. De bovenstaande lijst kan onvolledig zijn door wisselende merknamen etc. Als u een ander bloed verdunnend medicijn gebruikt, of denkt te gebruiken, neemt u dan contact op met de polikliniek Plastische Chirurgie of met uw apotheek.
De plastisch chirurg blijft te allen tijde verantwoordelijk voor het antistollingsbeleid rondom de operatie.

De opnamedag

- Alrijne in Leiden: u wordt opgenomen op de afdeling Dagverpleging/Kort verblijf (3A)
- Alrijne in Leiderdorp: u wordt opgenomen op de verpleegafdeling Chirurgie (2e verdieping, routenummer 230).

U moet nuchter zijn, tenzij dit anders is afgesproken.
U meldt zich bij de secretaresse op de afgesproken dag en tijd aan de balie, waar de secretaresse naar uw geldig legitimatiebewijs en zorgpas zal vragen.
U neemt de BH die u heeft gekocht mee naar het ziekenhuis.

Aansluitend voert een verpleegkundige van de afdeling een opnamegesprek met u om de gang van zaken op de afdeling, de operatie en de periode daarna te bespreken. Wanneer u hierover nog vragen heeft kunt u deze altijd stellen.
U wordt naar de kamer gebracht en krijgt uitleg over de voorbereidingen voor de operatie. U kunt hierover ook meer lezen in de folder *Opnamewijzer*.
De chirurg komt bij u langs om het operatiepatroon op de borsten tekenen.

Wanneer het tijd is om naar de operatiekamer te gaan, krijgt u nog medicijnen als voorbereiding op de operatie (afgesproken door de anesthesioloog) en wordt u met uw bed door verpleegkundigen van de afdeling naar de *holding* gebracht. Dit is een ruimte om patiënten bij aankomst op te vangen en eventuele voorbereidingen te verrichten, zoals bijvoorbeeld het inbrengen van een infuus. De chirurg komt bij u langs om het operatiepatroon op de borsten af te tekenen. De verpleegkundigen van de *holding* nemen de zorg voor u over en zorgen dat u op de feitelijke (afgeschermde) operatiekamer komt.

De operatie

Een borstverkleining duurt gemiddeld één tot twee uur en vindt plaats onder algehele verdoving. Er bestaan diverse operatietechnieken voor een borstverkleining. Uw plastisch chirurg zal u voor de operatie informeren over de techniek van zijn of haar keuze. Bij de meest gebruikte techniek wordt de borst verkleind door aan de onderkant huid en klierweefsel te verwijderen. Zo ontstaat het eerste litteken.
Om een natuurlijke borstvorm te krijgen wordt een 'figuurnaad' aangelegd, van de tepel recht naar beneden. Dit wordt een tweede litteken. Vervolgens wordt de tepel verplaatst en soms wordt de tepelhof verkleind. Uiteindelijk ontstaat een ankervormig litteken.
Bij sommige technieken is er alleen sprake van een litteken rondom de tepelhof of in combinatie met een verticaal litteken. In het wondgebied worden soms twee dunne slangetjes (drains) achtergelaten, die zijn verbonden met twee vacuümflesjes. Zij zorgen ervoor dat het wondvocht kan worden afgevoerd.

Na de operatie

- U wordt door verpleegkundigen van de afdeling opgehaald van de uitslaapkamer en weer naar uw eigen kamer gebracht. U kunt zelf uw partner en/of familie bellen om te laten weten dat de operatie achter de rug is. Eventueel kunt u dit ook door de verpleegkundige laten doen. Deze geeft echter geen medische informatie over de operatie, dat is voorbehouden aan de arts;
- Gedurende enige tijd zult u nog wat slaperig blijven;
- De verpleegkundige zal regelmatig uw bloeddruk, pols, temperatuur en wond komen controleren en vragen of u misselijk bent of pijn heeft. Het is belangrijk dat u binnen de door de verpleegkundige aangegeven tijd heeft geürineerd, zodat de blaas niet te vol raakt;
- De operatie heeft soms tot gevolg dat u direct erna wat misselijk en dorstig bent. Tegen de misselijkheid kunt u medicijnen krijgen;
- De eerste 24 uur na de operatie heeft u wat pijn, daarna kunnen de borsten strak en gespannen aanvoelen. Dit gevoel verdwijnt geleidelijk. Ook bij pijn kunt u medicijnen krijgen. Geef dit tijdig aan bij de verpleegkundige;
- Om er voor te zorgen dat u voldoende vocht krijgt heeft u een infuus in de arm. Zodra u weer zelf voldoende kunt drinken kan het infuus verwijderd worden;
- Ook het eten mag snel weer hervat worden, afhankelijk van hoe u zich voelt.
- Na een borstverkleinende operatie zijn de borsten bedekt met een gaas. Op de uitslaapkamer krijgt u de nieuwe BH aan.
- Douchen is toegestaan. De pleistertjes moet u laten zitten.
- De cupmaat van de bh is na de operatie kleiner geworden, maar de omvang is niet veranderd: 75F wordt dus bijvoorbeeld 75D.

Weer naar huis

Na een borstverkleinende operatie kunt u over het algemeen dezelfde dag van de operatie weer naar huis.
Als u een nacht opgenomen blijft zou dit reeds op de polikliniek besproken zijn. Bij ontslag krijgt u een afspraak mee voor de poliklinische controle na ongeveer twee weken. Tijdens die controle worden de pleistertjes verwijderd en wordt de wond gecontroleerd. De hechtingen zijn oplosbaar en hoeven dus niet verwijderd te worden

Adviezen voor thuis

- Na de operatie ontstaat een sterke spanning in de weefsels. Het duurt daarom soms wel vier tot acht maanden voordat de borsten hun definitieve vorm hebben. Geadviseerd wordt om de eerste twee weken na de operatie dag en nacht stevige elastische bh (zonder beugel) in de door uw gewenste maat te dragen. Na deze twee weken moet u de bh nog vier weken overdag dragen.
- Het is verstandig om voor de eerste week na thuiskomst hulp te regelen. Hoe meer rust u de operatiewond geeft, hoe mooier het litteken geneest. Na ongeveer drie weken kunt u de meeste dagelijkse werkzaamheden weer zelf verrichten.
- Gedurende 6 weken mag u niet tillen en moet u zware activiteiten vermijden.
- Gedurende 6 weken mag u niet sporten.
- Massage met vaseline of calendula kan de littekens sneller soepel maken. Vraag aan uw plastisch chirurg of aan de doktersassistente wanneer u hiermee mag beginnen.

Risico's en complicaties

Geen enkele operatie is zonder risico's. Zo is ook bij dit soort operaties de normale kans op complicaties aanwezig, zoals nabloeding, wondinfectie, trombose of longontsteking.

- Na de operatie kan het gevoel in de tepels verminderd of zelfs geheel verdwenen zijn. Vaak komt het gevoel weer terug, maar niet altijd volledig. Het is niet te voorspellen of dit wel of niet zal gebeuren.
- Afgewacht moet worden hoe de littekens zich ontwikkelen en hoe deze uiteindelijk zullen worden. In principe zijn deze littekens altijd zichtbaar.
- In zeldzame gevallen is de bloedcirculatie in de wondranden onvoldoende en kan een deel van het borstweefsel afsterven.
- Op de plaats waar de littekens bij elkaar komen, het 'drielandenpunt', kan er een wondgenezingsstoornis ontstaan. Dit komt omdat er op die plaats aan de wond getrokken wordt. Als dit het geval is, adviseren wij om de wond goed uit te spoelen met de douche en een droog gaasje tegen de wond aan te leggen. De wond geneest uiteindelijk vanzelf, maar dit gaat wat langer duren. Opnieuw hechten is helaas niet mogelijk.

Resultaten

De resultaten van een borstverkleining stemmen meestal tot tevredenheid. Er kunnen echter geen garanties worden gegeven voor een goed resultaat of voor een absolute symmetrie (gelijke vorm) van de borsten. Bovendien duurt het zeker zes maanden voor de borsten hun definitieve vorm hebben. Het uiteindelijke resultaat kan soms wat tegenvallen door ongelijkheid van de borsten of door verminderde gevoeligheid van de tepels. Ook de littekens kunnen minder fraai worden, meestal als gevolg van het huidtype of een gestoorde wondgenezing. Incidenteel is een tweede operatie nodig om een optimaal resultaat te bereiken. Door pilgebruik, zwangerschap of gewichtstoename kunnen de borsten weer groter worden. De borsten kunnen ook weer verslappen, bijvoorbeeld door vermagering of zwangerschap.

Vergoeding door de zorgverzekeraar

Een borstverkleinende operatie wordt over het algemeen alleen vergoed bij een cupgrootte van minimaal cup-D, of wanneer de borsten uitgesproken ongelijk van grootte zijn. Om voor een vergoeding in aanmerking te komen, hanteert de zorgverzekeraar een BMI *(Body Mass Index)* van 30 of minder.
De beslissing over de vergoeding wordt door de medisch adviseur van uw zorgverzekeraar genomen. De aanvraag wordt door de plastisch chirurg geregeld. Het is mogelijk dat de adviseur u oproept voor zijn spreekuur.

Geen vergoeding

De beslissing kan zijn dat de operatie niet door uw zorgverzekeraar wordt vergoed. In dat geval moet u de operatie zelf betalen. U krijgt van de plastisch chirurg een opgave van de kosten.

Tot slot

Wat neemt u mee?

- uw (geldige) identiteitsbewijs (paspoort, ID-kaart, rijbewijs);
- uw medicatie-overzicht. Dat is een lijst met de medicijnen die u nu gebruikt. U haalt deze lijst bij uw

apotheek.

Heeft u een andere zorgverzekering of een andere huisarts? Of bent u verhuisd? Geef dit dan door. Dat kan bij de registratiebalie in de hal van het ziekenhuis.
Zorgt u ervoor dat u op tijd bent voor uw afspraak? Kunt u onverwacht niet komen? Geeft u dit dan zo snel mogelijk aan ons door. Dan maken we een nieuwe afspraak met u.

Vragen

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen, dan kunt u contact opnemen met de polikliniek Plastische Chirurgie. De medewerkers van de polikliniek kunnen veel vragen beantwoorden.
Zo nodig leggen zij uw vraag voor aan de plastisch chirurg. U wordt dan teruggebeld. Mist u informatie dan horen wij dat graag.

Heeft u vragen over declaraties van Alrijne, dan kunt u contact opnemen met de afdeling Facturatie, via 071 517 8180 (behandeling in Leiden) of 071 517 8181 (behandeling in Leiderdorp/ Alphen aan den Rijn).

Bereikbaarheid polikliniek Plastische Chirurgie

De polikliniek Plastische Chirurgie is van maandag tot en met vrijdag van 8.30 - 12.00 uur en 13.30 - 15.30 uur te bereiken via telefoonnummer 071 582 8061 (alle locaties).

De polikliniek Plastische Chirurgie Leiden heeft routenummer 15
De polikliniek Plastische Chirurgie Leiderdorp heeft routenummer 141
De polikliniek Plastische Chirurgie locatie Alphen aan den Rijn heeft routenummer 38

De Spoedeisende Hulp (SEH) van Alrijne Ziekenhuis Leiderdorp is bij een spoedeisende zorgvraag buiten kantoortijden telefonisch te bereiken via 071 582 8905.
Tijdens kantooruren staan de medewerkers van onze polikliniek u graag te woord.