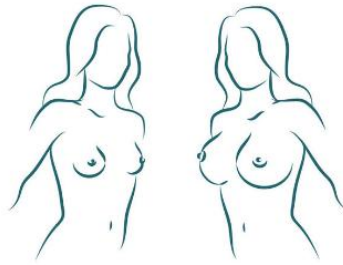


## BRYSTREDUKSJON ETTER OPERASJONEN



### **Ring kirurgen**

Etter hjemreise kan du ringe direkte til kirurgen som har operert deg det første døgnet ved behov.

### **Ring klinikken**

Har du spørsmål dagen etter bes du rette henvendelse til klinikken.

### **Røyking**

Røyking er ikke tillatt 4 uker etter inngrepet.

### **Ro og hvile**

Du skal holde deg mest mulig i ro og hvile det første døgnet.

### **Smertestillende medisiner**

Smertestillende medisiner tas som ordinert av kirurgen.

### **Dren**

Dren brukes kun unntaksvis, men anvendes ved spesielle tilfeller. Drenene fjernes når det kommer mindre enn 30 ml væske per døgn. Vi anbefaler at de fjernes ved klinikken, men om du har lang reisevei kan dette naturligvis også besørges av din fastlege.

### **Dusjing**

Du kan dusje etter fire dager

### **Sting**

Det brukes som regel tråd som løser seg opp av seg selv slik at det ikke er behov for å fjerne sting. Dersom det er sting som skal fjernes gjøres dette vanligvis etter én uke.

### **Taping**

Arret skal tapes så lenge det er rosa. Du kan dusje med tapen. Bare skift den når den løsner. Normalt vil det gå 3-6 måneder innen arret blekner.

### **Sports-BH**

Du skal bruke sports-BH døgnet rundt i 6 uker eller så lenge brystene er hovne.

### **Trening**

Du kan begynne med lett trening etter 3 uker.

Trening uten begrensninger kan gjenopptas etter 6 uker.

### **Soling**

Du bør unngå direkte soleksponering på arrene det første året for å unngå pigmenteringsforstyrrelser og oppnå et penest mulig sluttresultat.