



PAP-lap borstreconstructie



Binnenkort komt u naar het Erasmus MC voor een PAP-lap borstreconstructie. We hebben informatie over uw opname in de kliniek, ontslaginstructies en leefregels voor u op een rij gezet. Hierdoor weet u wat u kunt verwachten en kunt u zich voorbereiden. De informatie is een leidraad. Afhankelijk van uw herstel kan het zijn dat voor u de situatie anders is.

Voorbereiding

Medicijnen en bloedverdunners

Uw medicijnen neemt u mee tijdens de opname. Van de plastisch chirurg en de anesthesioloog heeft u al gehoord welke medicijnen u wel en niet kunt gebruiken rond de operatie.

Gesprek met de verpleegkundig specialist

Voordat de operatie plaatsvindt, heeft u een afspraak met de verpleegkundig specialist. Zij is tijdens het hele traject uw aanspreekpunt/casemanager. Zij komt ook bij u langs in de kliniek. De verpleegkundig specialist vertelt u wat u op de verpleegafdeling kunt verwachten en u kunt haar al uw vragen stellen.

(Reconstructie-)Bh en “drukbroekje”

Voor de operatie moet u een “drukbroekje” (broekje dat strak bij de benen zit) en een (reconstructie-)bh met voorsluiting (zonder beugel) kopen. Het “drukbroekje” en de bh draagt u vanaf de vierde dag na de operatie. De bh draagt u dag en nacht. Het “drukbroekje” draagt u alleen overdag. Zowel het “drukbroekje” als de bh draagt u 6 weken na de operatie.

De dag van de opname

Op de dag van de opname tekent de plastisch chirurg het operatieplan op uw lichaam. Mochten er nog onduidelijkheden zijn, dan is dit het moment om nog vragen te stellen.

Over de operatie

- De anesthesioloog heeft met u besproken of u voorafgaand aan de operatie medicatie krijgt en of u uw eigen medicijnen mag innemen.
- Voor de operatie moet u nuchter zijn. Dat betekent dat u 6 uur voor het begin van de inleiding van de anesthesie (narcose) nog een lichte maaltijd mag (beschuit, broodje, soep, vla). U mag tot 2 uur voor het begin van de inleiding nog helder vocht (thee, water, appelsap) drinken, eventueel met een lepeltje suiker erin.
- Voor de operatie krijgt u een operatiejasje aan.
- Tijdens de operatie mag u geen sieraden of piercings om/in hebben.
- U mag geen kunstgebit, prothese of lenzen in hebben.
- U mag geen bodylotion, nagellak en andere make-up gebruiken.



Na de operatie

Een speciaal dieet is niet nodig na de operatie, maar er zijn wel een aantal zaken waarmee u rekening moet houden.

Urinekatheter met urimeter

Bij het begin van de operatie brengt de anesthesist een urinekatheter bij u in. Op de zogenoemde urimeter ziet de verpleegkundige heel nauwkeurig hoeveel urine u produceert. Als u voldoende plast en beweegt, verwijderen we de urinekatheter op de ochtend van de tweede dag na de operatie.

Infuus

Via het infuus krijgt u vocht en medicatie. We halen het infuus weg zodra u zelf voldoende drinkt.

Wonddrains

Overtollig wondvocht en bloed worden afgevoerd via drains die na de operatie achterblijven in de wondgebieden. Het vocht en het bloed worden opgevangen in de drainpot. Zodra u minder wondvocht verliest dan 30 cc per 24 uur en u beweegt voldoende, verwijderen we de drains. De kans is groot dat u nog drains heeft als u naar huis gaat.

Controles

Tijdens de eerste 3 dagen na de operatie meten we minimaal 3 keer per dag uw bloeddruk, temperatuur, pols en zuurstofsaturatie.

Doorbloeding van de gereconstrueerde borst(en)

Om de doorbloeding te optimaliseren, houden we uw nieuwe borst na de operatie warm met een gaas en een badhanddoek. Tijdens de dag van de operatie en de eerste nacht controleren we de doorbloeding ieder half uur. Deze controles worden elke volgende dag minder vaak uitgevoerd.

Mobiliseren

- U mag niet rechtop zitten gedurende de eerste 3 weken. Dit betekent geen buiging van de heupen van 90 graden. Dit voorkomt spanning op de wonden van de bovenbenen.
- De fysiotherapeut oefent met u om van de lig-positie gelijk in de sta-positie te komen.

(reconstructie-)Bh en drukboekje

Zowel de bh als het drukboekje zijn ervoor bedoeld om het geopereerde gebied te ondersteunen.

- Vanaf de vierde dag na de operatie draagt u uw “drukboekje”. De verpleging helpt u bij het aantrekken.
- Voor u naar huis gaat, kijken we of de bh goed past.

Naar huis

Tenzij er complicaties zijn, mag u op de 4e of 5e dag na de operatie naar huis. Bij het ontslag krijgt u medicatie mee en zo nodig verbandmateriaal. Als u in het weekend naar huis mag, krijgt u een recept mee voor medicatie. Als het nodig is kan verbandmateriaal besteld en thuisbezorgd worden. De polikaart met de poliafspraak krijgt u thuis opgestuurd. U kunt uw afspraak digitaal inzien via: <https://www.erasmusmc.nl/nl-nl/patientenzorg/mijn-erasmus-mc>. Controleer dagelijks hoe de nieuwe borst eruit ziet. Neem bij verandering contact op.



Medicatie

Als u weer thuis bent, gaat u verder met de volgende medicijnen:

Stap 1

- 4 x daags 1000 mg Paracetamol (pijnstillers) (om 8.00 uur, om 12.00 uur, om 18.00 uur en om 22.00 uur)

Stap 2

- 3x daags 250 mg Naproxen (pijnstillers) om 08.00 uur, om 14.00 uur en om 20.00 uur)

Stap 3

- 2 x daags Oxycontin ... mg (pijnstillers) (om 8.00 uur en om 20.00 uur)
- zonodig Oxynorm ... mg maximaal 6 x daags (pijnstillers) (bij pijnklachten)

Afbouwen

Zodra de pijn dragelijk is, begint u met het afbouwen van de pijnstillers. Afhankelijk van uw pijnklachten, doet u dat naar eigen inzicht. U bouwt eerst de pijnstillers van stap 3 af, daarna die van stap 2 en als laatste de pijnstillers van stap 1.

Afbouwen van de pijnstillers Oxycontin en Oxynorm

- Wanneer u 2 x daags 10 mg Oxycontin gebruikt en geen Oxynorm meer nodig heeft, gaat u over op 2 x daags 5 mg Oxycontin.
- Als dat nodig is, gebruikt u daarbij Oxynorm.
- Wanneer u geen Oxynorm meer gebruikt en de pijn dragelijk is, stopt u ook met het innemen van de Oxycontin.

Afbouwen van de pijnstillers Naproxen

- Als u zover bent dat u de medicijnen uit stap 3 niet meer gebruikt en u heeft geen pijn meer, stopt u met het innemen van de naproxen.

Afbouwen van de pijnstillers Paracetamol

- Eerst stopt u met het innemen van Paracetamol om 12.00 uur.
- Daarna stopt u met het innemen van de tabletten om 18.00 uur.
- Als derde stopt u met het innemen van de tabletten om 8.00 uur.
- Als laatste stopt u ook met het innemen van de tabletten om 22.00 uur.

Leefregels

- U mag douchen (ook als u nog drains heeft).
- Papieren pleisters of steristrips (indien van toepassing) laat u zitten tot uw eerstvolgende polibezoek. U vervangt ze als ze vies zijn of bij blaarvorming.
- U draagt 6 weken lang, dag en nacht, een bh zonder beugels. Controleer dagelijks of deze goed zit en niet te strak. De bh zit goed als u er nog een hand bij kunt doen.
- U draagt 6 weken lang, overdag, een drukbroekje.
- U mag de eerste 4 tot 6 weken niet sporten, stofzuigen en zwaar tillen. Dus geen tassen en kinderen dragen.
- U zorgt er minstens de eerste 6 maanden voor dat de littekens niet in de zon komen (ook niet onder de zonnebank). Als de littekens rood zijn of jeuken blijft u langer uit de zon.
- Vanaf 6 weken na de operatie, als de wonden dicht zijn, mag u de littekens met crème

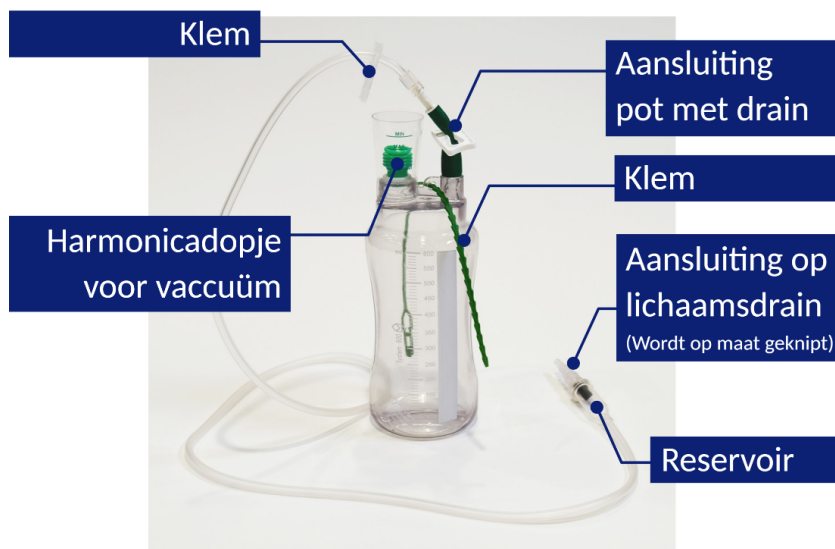


masseren om ze soepel te houden.

- U mag niet rechtop zitten gedurende de eerste 3 weken. Dit betekent geen buiging van de heupen van 90 graden. Dit voorkomt spanning op de wonden van de bovenbenen.
- U mag in een “normale” auto naar huis toe: doe de rijderstoel in volledige ligstand en oefen thuis al een keer met in- en uitstappen waarbij u de heupen zo min mogelijk buigt.
- Eventueel is een toiletverhoger handig om buiging van de heupen te voorkomen. Dit kan geregeld worden via de transfer verpleegkundigen/bureau nazorg (bespreek dit met de verpleging).

Naar huis met een drain

Het kan zijn dat u nog drains heeft als u naar huis gaat. De verpleegkundige leert u hoe u met de drain moet omgaan. Tenzij dit anders met u wordt afgesproken, mag u de drain laten verwijderen door de huisarts of op de polikliniek als er minder dan 30cc per 24 uur in de drainpot loopt.



Dagelijkse verzorging van de drain

- **Hoeveelheid:** Elke dag kijkt u, op een vast tijdstip, hoeveel de drain in de afgelopen 24 uur heeft gelopen. Dit noteert u met een streepje en de datum op de drainpot. De 24-uurs hoeveelheid leest u af vanaf het vorige streepje met de datum van de dag ervoor.
- **Vacuüm:** Het is van belang dat de drain vacuüm is (tenzij anders afgesproken). Dit is te zien aan de groene harmonica op de drainpot (vacuümindicator). Als deze is 'ingetrokken', is de drain vacuüm.
- **Slangen:** Als de slangen zijn afgeklemd of geknipt, kan het overtollig wondvocht niet aflopen. Controleer de slang dus regelmatig op knikken en afknellen.
- **Insteekopening:** Roodheid, pus en pijn rond de insteekopening kan een infectie betekenen. Controleer de insteekopening dus regelmatig. Als de insteekopening lekt, verbindt u deze met een gaas.



Mogelijke problemen met de drain

Neem contact op met de polikliniek bij:

- een infectie
- losschieten van de slangen
- een volle opvangfles
- onbedoeld vacuüm

Buiten kantooruren belt u met de kliniek (zie '**Contact**').

Nazorg en controles

Na 2-3 weken

Ongeveer 2 weken na de operatie komt u naar polikliniek voor controle. Uw benen en borst(en) kunnen dan nog gezwollen zijn door vocht. Wij controleren en beoordelen uw been/benen en borst(en) en verwijderen eventueel hechtingen.

Na 3 maanden

Ongeveer 3 maanden na de operatie heeft u een controleafspraak met uw plastisch chirurg. Op de polikliniek krijgt u informatie over eventuele vervolgbehandelingen, zoals tepelreconstructie en tepelhoftatoeage.

Wanneer contact opnemen?

Bij de volgende klachten neemt u contact op met de polikliniek plastische chirurgie:

- koorts
- toename van pijn
- zwelling of roodheid rond de littekens

Heeft u nog vragen?

Met al uw vragen kunt u terecht bij uw behandelend arts of de verpleegkundig consulent.

Contact

Polikliniek plastische chirurgie, maandag t/m vrijdag tijdens kantooruren (010) 704 01 37

Verpleegafdeling van de plastische chirurgie, Nc, Nd, Ne of Nf 10e etage, bezoektijden: 11.00 – 21.00 uur

(010) 703 32 46 of (010) 703 75 63

Secretariaat plastische chirurgie, maandag t/m vrijdag tijdens kantooruren. Voor de opnametijd belt u 1 (kantoor)dag voor de operatie, tussen 14.00 en 16.00 uur.

(010) 703 46 38





