

## Borstreconstructie, informatie voor thuis

---

In overleg met de plastisch chirurg heeft u besloten een borstreconstructie te laten doen. Dit kan door middel van diverse methodes. In de folder “borstreconstructie” zijn de diverse methodes genoemd. In dit blad krijgt u alle informatie over de voorzorg en nazorg van deze operatie. U vindt de poli Plastische chirurgie op niveau 1. [Volg route 7-1 \(blauw\)](#).

### Vorbereiding:

- Roken: Voor de operatie moet u minimaal 6 weken stoppen met roken. Roken vernauwd de bloedvaten waardoor er problemen kunnen ontstaan, zowel met het slagen van de operatie als naderhand met de wondgenezing.
- Kleding: Kiest u voor gemakkelijk zittende kleding met voorsluiting of rits. Bestel of koop een beha met voorsluiting. U moet deze beha zes weken dag en nacht dragen. Neem voldoende toiletspullen mee, en een reserve kledingset voor een extra verschoning.
- Thuis: Zorg dat u beroep kunt doen op mensen in uw omgeving, om bijvoorbeeld met u naar het ziekenhuis te kunnen gaan.

### De operatie

Afhankelijk van de soort operatie, verblijft u eerst op de recovery, daarna gaat u weer terug naar uw kamer. U blijft een aantal dagen in het ziekenhuis. U mag naar huis als de plastisch chirurg dit goed vindt.

### Leefregels voor thuis:

1. *Na het inbrengen van een prothese;*
  2. *Na het inbrengen van een tissue expander (voor weefselextensie);*
  3. *Na reconstructie met huid en spier van de rug;*
- Niet roken vanwege de verhoogde kans op wondproblemen!
  - Luister goed naar uw lichaam, accepteer de grenzen die uw lichaam aangeeft. Geef u zelf en het geopereerde gebied voldoende rust.
  - De eerste 24 uur heeft u een drukverband om uw borstkas. Na het verwijderen hiervan draagt u een goed zittende beha (met voorsluiting)/sportbeha, gedurende zes weken dag en nacht.
  - De wonddrain mag de eerste 24 uur niet worden verwijderd. Deze mag pas verwijderd worden bij een vochtproductie minder dan 25 milliliter per 24 uur. Dit kan een aantal dagen duren.
  - Zolang de wonddrain aanwezig is, mag u niet douchen.
  - Hef uw armen de eerste twee weken niet boven uw schouder. Vanaf twee tot vier weken is dit wel weer toegestaan, echter zonder krachtsinspanning.
  - Na twee weken is licht huishoudelijk werk toegestaan, net zoals recreatief fietsen, autorijden (als u zich daar goed genoeg voor voelt) en administratief werk.
  - Na zes weken kunt u fysieke werkzaamheden en sport geleidelijk uitbreiden naar het niveau dat u gewend was.



Uitzonderingen zijn er altijd, dit hoort u van uw plastisch chirurg.

Nb, na het plaatsen van tissue expanders tot aan het plaatsen van de definitieve prothese mag u geen MRI onderzoek ondergaan, vanwege de metalen aanprikpoort. Bijvullen van de expander start meestal na drie weken, of vlak voor een chemo kuur. Reizen met het vliegtuig is doorgaans geen probleem, maar u kunt een verklaring van de arts krijgen (op de polikliniek). Dit om problemen te voorkomen met de metaaldetectie apparatuur op het vliegveld.

#### 4. Na een DIEP (Deep Inferior Epigastric Perforator) lap methode (buik);

Dezelfde leefregels zoals hierboven genoemd bij 1-2-3, maar hier komt bij:

- dat u na de operatie elastische kousen aan heeft, om het risico op een trombosebeen te verminderen, en hier ook kleine trombose spuitjes voor moet gebruiken (gedurende zes weken).
- dat u een “strandstoelhouding” moet aannemen om de spanning op de buik te vermijden. Beetje gebukt lopen, niet uitstrekken.
- Dat u een buikband of elastisch stevig corrigerend ondergoed moet dragen gedurende zes weken dag en nacht. De buikband heeft u na de operatie om.
- Buikspieroefeningen tijdens het sporten wordt de eerste maanden afgeraden.

#### 5. Na een LTP (lateral Thigh Perforator) lap methode (heup);

Dezelfde regels zoals hierboven genoemd bij 1-2-3, maar hier komt bij:

- dat u de eerste twee tot drie weken geen trap mag lopen,
- dat u niet met de benen gekruist mag zitten,
- dat de drains langer blijven zitten, soms drie tot 4 weken,
- dat u zes weken een steunende broek moet dragen tot aan de knie, steunkousen zijn niet nodig,
- soms zijn nacorrecties nodig en soms wordt anti-stolling medicatie voorgeschreven.

#### Contact:

Als u na het lezen van deze informatie nog vragen heeft, stel deze dan gerust. We zijn graag bereid uw vragen te beantwoorden.

Polikliniek Plastische Chirurgie:

043-387 70 00

#### Websites

- [mumc.nl](http://mumc.nl)

*Odin: 047768 / uitgave: juni 2018*

Bezoekadres  
P. Debyelaan 25  
6229 HX Maastricht

Postadres  
Postbus 5800  
6202 AZ Maastricht

Algemeen telefoonnummer  
043-387 65 43  
[www.mumc.nl](http://www.mumc.nl)