

# Leefregels na een borstreconstructie met tissue expander

In dit patiënten informatie blad vindt u informatie over de leefregels na een borstoperatie. De arts of verpleegkundige licht de leefregels nog wat nader toe. Heeft u nog vragen, stelt u deze dan gerust aan uw behandelend arts of verpleegkundige.

- Roken verhoogt de kans op wondproblemen, het advies is om te stoppen.
- 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 borstkast. Na het verwijderen van het drukverband draagt u gedurende 6 weken dag en nacht een goed steunende BH/sport BH.
- De wonddrain mag de eerste 24 uur niet verwijderd worden. Deze wordt verwijderd als de vochtproductie minder dan 25 ml. per 24 uur is. (Als u deelneemt aan een wetenschappelijk onderzoek kan het zijn dat er andere afspraken m.b.t. de drain gelden)
- Zolang er nog een wonddrain aanwezig is mag u niet douchen.
- Bij het eerstvolgende bezoek aan de plastisch chirurg bespreken we wanneer we starten met het bijvullen van de tissue expanders. Soms starten we direct na dit bezoek en vervolgens worden de expanders meestal 1 keer per 14 dagen verder bijgevuld tot het gewenste resultaat bereikt is. Bij vrouwen die chemotherapie krijgen wordt het bijvullen meestal net voor de chemokuur gepland.
- Hef uw armen de eerste 2 weken na de operatie niet boven uw schouder. Vanaf 2-4 weken is dit wel weer toegestaan, zonder krachtinspanning.
- Vanaf 2 weken na de operatie is licht huishoudelijk werk toegestaan en vanaf 4 weken mag u geleidelijk de dagelijkse bezigheden hervatten. Om krachtinspanning van de borstspieren te vermijden mag u niet zwaar tillen.
- Administratief werk, recreatief fietsen en autorijden zijn vanaf 2 weken weer toegestaan.
- Na 6 weken kunt u zwaardere fysieke werkzaamheden en sport geleidelijk uitbreiden naar het niveau dat u gewend was.



In de periode van de tissue expanders tot aan het plaatsen van de definitieve prothesen mag u geen MRI onderzoek ondergaan vanwege de metalen onderdeeltjes in de tissue expanders. Reizen met het vliegtuig is doorgaans geen probleem. U kunt een verklaring van uw arts vragen op de polikliniek om misverstanden bij de metaaldetectie apparatuur op het vliegveld te voorkomen.

### Contact

Heeft u na het lezen van deze informatie nog vragen, dan kunt u deze stellen aan de plastisch chirurg.

Poli plastische chirurgie: 043-38 77 000

Poli oncologiecentrum: 043-38 76 400

## Websites

- [www.plastischechirurgie.mumc.nl](http://www.plastischechirurgie.mumc.nl)
- [www.borstkanker.mumc.nl](http://www.borstkanker.mumc.nl)
- [www.borstkanker.nl](http://www.borstkanker.nl)
- [www.kanker.nl](http://www.kanker.nl)
- [www.nvpc.nl](http://www.nvpc.nl)

*Odinnr. 037729 / uitgave mei 2016*

---

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)