



AKADEMISKA
SJUKHUSET

Könskorrigering kirurgi, mastektomi

Information



Denna information har utformats för dig som ska göra en mastektomi (ta bort bröstvävnad).

Vi vet att du och din familj kommer att ha många frågor om vård och behandling. Vi hoppas att du ska hitta svar på en del av dina frågor i denna information.



Har du frågor, kontakta:

Kontakta oss via e-tjänster på www.1177.se

Plastikkirurgmottagningen (helgfri mån-fre kl 7–9.30) 018-611 54 36

Kontaktsjuksköterska (helgfri mån-fre) 018-611 94 61

Vårdavdelning 85 F2 (akuta besvär, kvällar och helg) 018-611 54 25



Vänd sida för
att läsa mer!

Datum: 2023-04-14
ID: DocPlusSTYR196-1599

REGION UPPSALA

Före operationen

Tobak och nikotin

Du ska **avstå** från tobak och nikotin, minst 6, helst 8 veckor före och efter operationen.

Du som använder tobak och nikotin har en ökad risk att drabbas av komplikationer under och efter en operation. Vanliga komplikationer är sämre sårhäkning, infektion, samt problem med hjärta, lungor och kärl. Detta kan medföra längre rehabiliteringstid. Genom att avstå från tobak och nikotin före och efter operation minskar du risken för komplikationer.

Tobak och nikotin innehåller skadliga ämnen oavsett på vilket sätt du får i dig dem. Detta gäller även snus, tuggtobak och vattenpipa samt ersättningsprodukter såsom nikotinplåster. Nikotin gör att blodkärlen drar ihop sig och att kroppen läker sämre.

Alkohol

Vi rekommenderar att du **avstår** från alkohol minst 6, helst 8 veckor före och efter operationen.

Du som dricker alkohol har en ökad risk att drabbas av komplikationer under och efter en operation. Bland annat ökar risken för akuta blödningar, sämre sårhäkning, infektioner, samt problem med hjärta och lungor i samband med operation. Detta kan medföra längre rehabiliteringstid.

Eventuella läkemedel

Det finns flera olika blodförtunnande och smärtlindrande läkemedel som kan göra att du blöder lättare under operationen. Därför är det viktigt att du berättar för din kirurg och narkosläkare om de läkemedel du tar. Ta inte acetylsalicylpreparat (till exempel Albyl, Aspirin, Bamyd, Dispril, Magnecyl, Treo) eller NSAID (till exempel Voltaren, Ipren) under två veckor före operationen då det ökar blödningsbenägenheten. Smärtstillande läkemedel som Alvedon och Panodil går bra att ta.

Att tänka på inför operationen

Du kan inte opereras om du har en pågående infektion i kroppen eller på huden eftersom det ökar risken för sårhäkningsproblem och komplikationer. Vi ber dig omgående kontakta plastikkirurgmottagningen om något av följande tecken/symtom uppstår:

- Infektion
- Sår
- Rodnad vid operationsområdet
- Feber

Mammografi

Den som har juridiskt kön kvinna och fyllt 40 år blir regelbundet kallad till mammografi, en undersökning där bröstvävnaden röntgas för att tidigt upptäcka förändringar som kan utvecklas till bröstcancer. Eftersom en liten andel bröstkörtelvävnad oftast finns kvar efter en mastektomi är det viktigt att göra denna undersökning även efter operationen. Om du har ändrat juridiskt kön till man får du ingen automatisk kallelse när du fyllt 40 år – du måste då själv ta kontakt med en mammografimottagning nära dig.

Innan du som patient genomgår en mastektomi ska en mammografiundersökning genomföras om du är äldre än 40 år eller om det finns känd ärftlighet för bröstcancer. Denna undersökning

måste ha genomförts senast 3 månader före planerad operation. Remiss ombesörjs av plastikkirurgmottagningen.

Kläder, skor och värdesaker

Det är bra om du har rymliga kläder med dig inför hemresan då operationsområdet ibland kan svullna lite och förbandet tar plats. Ta med fördel med dig en skjorta så du slipper lyfta armarna över huvudet när du är nyopererad. Lämna så mycket som möjligt av dina värdesaker och smycken hemma. Du ansvarar själv för dina värdesaker under sjukhusvistelsen.

Kom ihåg att ta med till vårdavdelningen:

- Eventuella läkemedel i originalförpackning och aktuell läkemedelslista
- Hygienartiklar
- Inneskor/tofflor

Om du äter specialkost anger du det i den elektroniska hälsodeklarationen som du fyller i via 1177 inför din operation.

Kostrutiner

Det är alltid viktigt för ditt välbefinnande vad du äter och dricker. Inför och efter en operation är det extra viktigt med näringsrik och hälsosam mat. Det leder till en bättre läkning och återhämtning, samt minskar risken för sårinfektion efter operationen. Ät regelbundna måltider. Frukost, lunch och middag, samt ett till tre mellanmål, är en bra fördelning. Ät frukt och grönsaker varje dag. Det är inte lämpligt att försöka gå ned vikt precis innan eller efter operation då kroppen behöver näringen för att kunna läka på ett bra sätt.

Om operationen

Vid en mastektomi tas bröstvävnad bort för att skapa en plattare bröstorg. Det finns olika operationstekniker och vilken teknik som kommer att användas vid din operation beslutades när du träffade kirurgen på ditt mottagningsbesök. Vid operationen lämnas lite bröstkörtelvävnad kvar för att skapa ett naturligt utseende. Ofta minskas storleken på bröstvårtorna och vårtgårdarna.

På operationsdagens morgon träffar du operatören som med en tuschpenna markerar operationsområdet på dig. Under operationen är du sövd och ingreppet tar cirka 1,5–3 timmar. Eventuellt lägger kirurgen in tunna slangar, så kallade dränage, i operationsområdet för att leda bort sårvätska och eventuella efterblödningar. Direkt efter avslutad operation får du en gördel över bröstkorgen som ger stöd och minskar svullnaden.

Efter operationen

Efter operationen kontrollerar vi ditt operationsförband och att gördeln sitter rätt. Vi kontrollerar också att urinproduktionen kommer igång. Normalt kan du äta och dricka på operationsdagen.

Mobilisering och rörelseträning

Tillsammans med vårdpersonal kommer du efter några timmar att få sitta på sängkanten, stå upp och gå. Det är viktigt att du så snart det är möjligt kommer upp och rör på dig. Det främjar blodcirkulationen och minskar risken för blodpropp.

Sjukhusvistelse

Du beräknas att bli kvar en natt på sjukhuset efter din operation.

Före hemfärd

Innan du lämnar avdelningen får du vid behov ett e-recept på nyinsatta läkemedel. Du får också information om vilken typ av hudförslutning ditt sår har samt stämna av tider för återbesök.

Efter sjukhusvistelsen

Dränage

Om du går hem med dränage får du med dig instruktioner om hur dränagen ska skötas. Dygnsmängden ska mätas varje dag – fyll i dränageschemat. Kontakta plastikkirurgmottagningen när dygnsmängden är mindre än 30 ml. Dränagen tas bort på plastikkirurgmottagningen, men vid lång resväg går det bra att vända sig till vårdcentral nära dig. Så länge dränagen är kvar ska du inte duscha.

Smärtlindring

Smärta förekommer i olika grad efter en operation. Hur vi reagerar på smärta är individuellt och det är bara du som kan ange hur ont det gör. Det kan spänna, svida och göra ont i operationsområdet i början. Det är inget som är konstigt. Det kan också vara svårt att röra armar och axlar fullt ut. Målet med smärtbehandlingen är smärta på acceptabel och hanterbar nivå. Du ska kunna slappna av, vila och få en sammanhängande nattsömn. Efter operationen får du därför regelbundet smärtlindrande läkemedel. Fortsätt ta din eventuellt ordinerade smärtlindring första veckan efter operationen. Det är viktigt att ta tablettorna regelbundet för att få bra effekt.

Kraftig smärta kan vara ett tecken på komplikation och du bör då kontakta oss.

Blodförtunnande sprutor

Efter operationen är det vanligt att man får blodförtunnande sprutor att ta för att förebygga blodproppar de första 10 dagarna – om det är aktuellt för dig så kommer personalen på avdelningen att visa dig hur du ska ta dessa och din kirurg kommer att skriva ett e-recept.

Gördel

Efter operationen får du en gördel för att minska svullnaden samt förbättra slutresultatet.

- Gördeln ska användas dygnet runt i 4 veckor efter operationen, därefter dagtid i ytterligare 2 veckor (tas av vid dusch och när den behöver tvättas)

Dusch och bad

- Avvakta med dusch tills du varit på ditt återbesök till sköterska
- Använd mild tvål. Om yttre förbandet lossnar, sätt på ett nytt (finns att köpa på apotek)
- Bad går bra efter fyra veckor om såren är helt läkta

Sårläkning

En mastektomi är ett mycket vanligt och säkert ingrepp men som vid all kirurgi kan alla typer av komplikationer uppstå. En normal läkningsprocess innebär:

- Svag rodnad och klåda i sårkanterna
- Blåmärken som skiftar i färg
- Knölar runt ärret

En infektion kan uppstå på grund av att det kommer bakterier i operationsområdet. Du ska vara uppmärksam på risken för detta. Det är därför viktigt att du kontrollerar operationsområdet varje dag. Vid ökad rodnad, svullnad, ömhet, smärta, feber eller vätskande sår bör du kontakta plastikkirurgmottagningen.

För finare ärrbildning, rekommendation

Efter operationen är ärren ofta mörka och knöliga. De kan även bli breddökade och kliä.

- Tejpa ärren med kirurgtejp i minst tre månader, finns att köpa på apoteket. Byt tejp med 7–10 dagars mellanrum, gärna i samband med dusch
- Det är viktigt att torka operationsområdet ordentligt innan du tejpar på nytt
- Om det vätskar från någon del av ärret, så skall du inte tejpa där. Sätt i stället en torr kompress över området som vätskar
- Om du får reaktion av tejp, så som rodnad hud, kan du avvakta 1 - 2 dagar innan du sätter på ny tejp. Kontakta plastikkirurgmottagningen om rodnaden kvarstår
- Om huden är torr när du byter tejp, kan du smörja med mjukgörande salva för att förbättra elasticiteten. Låt salvan torka innan du sätter på ny tejp
- Undvik att sola på ärren första året efter operation

Känsl i bröstvårtor

Efter operationen kan du tappa känslan i dina bröstvårtor. Ibland kommer den tillbaka efter några månader eller något år, ibland inte alls. Känslan kan också påverkas av ärrbildning och det kan göra ont eller kännas obehagligt att ta på ärren.

Aktivitet

Det är viktigt att vara i rörelse och leva som vanligt även om det gör ont efter operationen. Dagliga promenader är att rekommendera. Att tänka på under läkningsförloppet:

- Undvik tunga lyft (max 1 kg) och aktiviteter som gör dig andfådd under de första 2 veckorna efter operationen
- Undvik även tyngre fysisk ansträngning så som dammsugning för att minska risken blödning och att såren spricker upp de första 2 veckorna. Därefter kan du försiktigt börja med mer aktivitet
- Undvik att stretcha ut huden vid operationsområdet tills operationssåren är helt läkta
- Prata med din kirurg vid utskrivning om hur du ska tänka kring träning och aktivitet

Sjukskrivning

Du blir sjukskriven i 2–4 veckor. Intyg skickas elektroniskt till Försäkringskassan. På 1177.se kan du se ditt sjukintyg under "Mina intyg".

Uppföljning

Återbesök till plastikkirurgmottagningen:

- 1 vecka efter operation blir du kallad till sköterskebesök för sårkontroll. Besöket kan eventuellt ske på hemorten – då behöver du boka den tiden själv
- Besök hos läkare sker 3–5 månader efter operation. En kallelse kommer per post/via 1177

Observera att detta är generella rutiner och att det kan ändras utifrån individuella behov.



1177

Du hittar information och tjänster för din hälsa och vård på webbplatsen 1177.se. För sjukvårdsrådgivning ring 1177, öppet dygnet runt.



Kontakt Akademiska

Akademiska sjukhuset nås via:
patientkontakt@akademiska.se
Patientkontakt 018-611 30 33,
Växel: 018-611 00 00
www.akademiska.se