**Informasjon til deg som skal legge inn ekspander**

Dette er et informasjonshefte til deg som skal få nytt bryst med protese hvor man i første omgang starter prosessen med å legge inn ekspander. Dette er en rekonstruksjonsmetode som egner seg best til pasienter som ikke har fått strålebehandling.

Når du skal få nytt bryst med protese må huden først strekkes ut. Derfor blir det ved første operasjon lagt inn en ekspander, det vil si en ballong som skal fylles med saltvann gradvis. Under inngrepet når ekspanderen legges inn fylles det allerede på litt saltvann, mens resten fylles på poliklinikken med to-fire ukers mellomrom. Når ekspanderen er ferdig fylt vil det gå tre-seks måneder før ekspanderen byttes til en permanent silikonprotese.

FORBEREDELSE FØR OPERASJON

Røyk, snus og andre nikotinpreparater kan ikke inntas før og etter operasjonen. Du må være nikotinfri minst seks uker før og fire uker etter operasjonen. Nikotin er et stoff som trekker sammen blodårer og som dermed dramatisk øker risikoen for at operasjonen blir mislykket.

Bruk ikke neglelakk og ta av alle piercinger før du møter på sykehuset.

Du skal dusje med Hibiscrub kvelden før operasjon og samme morgen. Dette får du kjøpt på apotek. Ikke bruk bodylotion

LEGEMIDLER

Noen dager før operasjonen blir du tatt imot av lege og sykepleier og nødvendige undersøkelser blir gjort (blodprøver, osv.). Bruker du faste legemidler, må du huske å ta med en liste over disse når du kommer til innskriving før operasjon. Denne må inneholde legemiddelnavn, styrke og dose. Glem ikke å oppgi eventuell bruk av p-piller og ikke-registrerte preparater (naturlegemidler).

Noen legemidler kan øke risikoen for komplikasjoner og må derfor unngås i tiden før operasjon. Bruker du noe form for blodfortynnende legemidler må eget opplegg for håndtering av disse avtales med din fastlege/hjertespesialist. Medisiner som inneholder acetylsalisylsyre (Albyl-E, Dispril) øker risikoen for blødninger og skal derfor ikke brukes i **minimum en uke** før operasjonen. Av samme grunn bør heller ikke NSAIDS som Voltaren og Ibux brukes. Omega 3 kapsler og andre lignende oljer skal heller ikke brukes to uker før operasjonen pga. økt blødningstendens. Hormonpiller, for eksempel P-piller, må ikke tas de siste to ukene før operasjon. Du kan ta legemidler som inneholder paracetamol (Paracet).

KLÆR

Ha på deg komfortabelt tøy som er lett å ta på og som ikke strammer over operasjonsområdet.

Avdelingen kan ikke ta ansvar for verdigjenstander. Ta derfor ikke med smykker, store pengebeløp og lignende.

SPESIAL-BH

Det er viktig at du har med deg spesial-bh når du møter på sykehuset. Lege og sykepleier vil informere deg om dette, samt om hvilken type de anbefaler. Du må også evt. kjøpe brystbånd etter avtale med lege.

MØT FASTENDE

Operasjonsdagen skal du være fastende, dvs. ikke spise eller drikke etter midnatt (du kan evt. drikke vann frem til kl.06).

Du skal ikke ta faste medisiner som du bruker før du kommer til sykehuset, med unntak av hjertemedisin av typen «betablokker» og lungemedisin. Bruker du andre medisiner, tar du disse med deg på operasjonsdagen

Operasjonen varer vanligvis en time

Blir du syk slik at du ikke kan møte til operasjon, må du snarest ringe avdelingens pasientkoordinator på telefon 51 51 87 86.

OPERASJONSDAGEN-TIDEN PÅ SYKEHUSET

Morgenen før inngrepet tegner kirurgen på deg. Du blir også tatt bilde av som legges inn i journalen din.

Inngrepet foregår i narkose. Inngrepet utføres vanligvis ved at man åpner opp det gamle arret, løfter opp brystmuskelen og legger ekspanderen under. Ekspanderen blir deretter fylt med så mye saltvann som huden tillater, og det blir eventuelt lagt inn dren (som skal drenere sårvæske).

PASIENTHOTELL

Dersom du har lang reisevei får du tilbud om hotell natten før operasjonen.

VED HJEMREISE

Du må sørge for at du har tilsyn første kvelden og natten etter operasjon og narkose. Gjør derfor avtale med familie/venner om å være i samme bolig som deg.

Normalt kan du dusje når bandasjer er fjernet. Bruk bare mild såpe før sår er helt lukket og tilhelt. La den innerste tapen sitte på til kontroll. Lufttørk tapen godt før du tar på klær.

Komplikasjoner som kan oppstå er overflatiske sårdannelser grunnet dårlig blodforsyning i huden. De alvorligeste komplikasjoner er blodansamlinger i det opererte brystet og infeksjon som kan gi behov for reoperasjoner og forlenget sykehusopphold.

Ved mistanke om betennelse eller uttalt væskesiving fra operasjonsarrene, fjern tapen. Deretter kan du dusje og la huden tørke (bruk gjerne føner med lav varme).

Før avreise skal du ta på en tilpasset BH som skal gi støtte. Den kan tas av i forbindelse med dusjing. BH- en skal være uten metallbøyler og med formpressede skåler. Den bør også være med brede skulderstropper og brede side/ryggbånd. **Vi anbefaler spesial-bh i den perioden ekspanderen skal fylles.**

**Det er viktig å minne om at når du har innlagt en vevsekspander, det vil si den protesen som skal fylles på, så er denne magnetisk og du kan i denne perioden ikke ta MR undersøkelse. Dette gjelder ikke etter at du har fått lagt inn den vanlige permanente protesen.**

Av sikkerhetsmessige grunner skal ingen kjøre bil selv etter en operasjon og narkose. Gjør derfor avtale med noen som kan hente deg.

FYSISK AKTIVITET

Under sykemeldingsperioden er det sunn fornuft som gjelder. Gå korte turer, øk den fysiske aktiviteten gradvis. Unngå tunge løft i starten og øk heller gradvis etter hvert. Du skal ikke svømme eller trene hardt de første ukene.

Lytt til kroppen din.

De fleste sting er sydd innvendig og forsvinner av seg selv. Eventuelle rester av tråder kan klippes bort ved neste besøk på vår poliklinikk. Skulle noen sting gi plager kan du kontakte poliklinikken på dagtid.

Alle steder der hvor det er skåret i huden (der det blir arr), vil du etter operasjonen få påsatt teip. Dette gir sikrere tilheling og finere arr. Vanligvis brukes Steristrips de første to ukene, deretter kan vanlig medisinsk tape som for eksempel Micropore brukes i ytterligere tre-seks måneder. Steristrips kan sitte på til de løsner, mens Micropore kan byttes enten når de løsner eller blir veldig skitne (helst ikke mer enn en gang per uke). Når alle sår har tilhelet, kan det være en god ide å smøre arrene med fuktighetskrem for å forbedre elastisiteten.

En normal sårtilheling innebærer en tynn brem med rødhet og kløe. Det er ikke uvanlig med ujevn arrdannelse, inkludert små «klumper” i såret som kommer på grunn av overdrevet arrproduksjon. Det er ofte vanskelig å forutsi på forhånd hvem som får pene arr eller ikke.

Generelt skal du ikke utsette arr som fortsatt er røde for sol. Bruk eventuelt beskyttelsestape eller kraftig solkrem.

Får du symptomer som økende hevelse, smerter, rødhet og/eller feber, må du ta kontakt med avdelingen snarest. Ved tegn på mindre komplikasjoner som væskedannelse og småsår i arrene, kan du ringe til sykepleier på poliklinikken på dagtid for å avtale en kontrolltime.

VIDERE BEHANDLING

Sykemeldingens lengde avhenger av hvor tungt arbeid du har.

Kontroll på Plastikk- og håndkirurgisk poliklinikk hos operatør etter to-tre uker.

2015 Plastikk -og håndkirurgisk avdeling, Stavanger Universitetssykehus