



Nymphenburger Praxis für
Plastische & Ästhetische Chirurgie

Professor Dr. med. Dr. med. habil. Christian J. Gabka und Dr. med. Felix Graf von Spiegel
Fachärzte für Plastische und Ästhetische Chirurgie

Allgemeine Ratschläge zum Verhalten bei einer Brustvergrößerung / einem Implantatwechsel

Sehr verehrte Patientin,

Sie haben sich einer Brustvergrößerung unterzogen oder möchten dies tun, doch was geschieht nach der Operation? Zum Erreichen des bestmöglichen Ergebnisses in Ihrem und in unserem Sinne haben wir die wichtigsten Punkte in diesem Merkblatt zusammengefasst. Sollten darüber hinaus weitere Fragen bestehen, zögern Sie bitte nicht, sich jederzeit an uns zu wenden.

In den ersten Tagen nach dem Eingriff werden Sie ein Spannungsgefühl in der Brust empfinden. Dies ist normal und vor allem durch das größere Volumen bedingt. Im Verlauf wird diese Empfindung abnehmen. Auch kann ein Wundschmerz auftreten. Schmerzen empfindet jeder Mensch anders und geht auch mit ihnen anders um, somit kann die Frage nach postoperativen Schmerzen nicht pauschal beantwortet werden. Anfangs sollten Sie Schmerzen mit dem Ihnen ausgehändigten Medikament bekämpfen. Kühlen kann in der ersten Zeit ebenfalls Schmerzen lindern.

Sollten Sie darüber hinaus unterstützend homöopathische Arzneimittel einnehmen wollen, haben wir Ihnen hierzu ein Schema zusammengestellt:

Ab 1 Woche vor OP

Staphisagria C200	3-0-3
Arnica C30	5-0-5

Am OP Tag

Staphisagria C200	3-0-3
Arnica C30	5-0-5

Ab dem 1. postoperativen Tag und für mindestens 1 Woche

Arnica D12	5-0-5
Calendula D6	5-0-5

Praxis

Böcklinstraße 1, 80638 München, Tel: 089-159 189-0, www.muenchenplastischechirurgie.de, mail@gabka-spiegel.de

Kooperationspartner Brustzentrum

Klinikum Dritter Orden, Menzinger Straße 44, 80638 München, Tel: 089-1795-0



Ab dem 1. postoperativen Tag, nach dem Entfernen eventuell eingelegter Drainagen, wird ein spezieller, gut stützender und fester Kompressions-BH angepasst. Dieser sollte 6 Wochen Tag und Nacht getragen werden. Ohne zu große körperliche Anstrengung können Sie bereits wenige Tage nach dem Eingriff wieder Ihre normalen Alltagsaktivitäten verrichten. Sport, insbesondere Kraftsport, ist jedoch erst wieder ab der 6. Woche nach der Operation erlaubt. Tauchen können Sie nach einer Brustaugmentation wieder problemlos, jedoch sollten Sie mindestens 10 Wochen damit warten. Solange sollten Sie auch auf Saunabesuche verzichten.

Manchmal ist zur Unterstützung des operativen Ergebnisses ein so genannter Stuttgarter Gürtel erforderlich. Wie lange Sie diesen tragen sollten, werden wir Ihnen dann individuell mitteilen.

Die Hautnarbe ist anfangs etwas gerötet und fest. Dies ist normal! Nach Ablauf von einigen Monaten wird die Narbe dann blasser und weicher. Wenn Sie Narbencremes verwenden wollten, so sollten Sie dies frühestens ab der 3. Woche durchführen. Sonnenbestrahlung im Bereich der Narbe sowie Solarium (Narbenbereich immer abdecken!!) sollten Sie mindestens 6 Monate, besser ein Jahr vermeiden, da diese sonst irreversibel hyperpigmentieren kann, also im Vergleich zur Umgebung zu dunkel wird.

Duschen ist ab dem 3. postoperativen Tag, bzw. frühestens nach Entfernung der Drainagen möglich. Bitte belassen Sie die aufgebrachten Steristrips (braune oder weiße Pflaster) so lange wie möglich auf den Wunden. Nach dem Duschen sollte Sie Diese trocken föhnen. Diese Pflaster sollten idealerweise nach dem Fadenzug noch weitere 2 bis 4 Wochen auf der Narbe bleibt, da sie einen günstigen Heilungsverlauf der Narbe bewirken. Baden sollten Sie frühestens nach dem Fadenzug. Ab der 4. Woche können Sie wieder auf dem Bauch schlafen. Zusätzlich sollten Sie ab jetzt beginnen, die Brüste zu massieren. Dies dehnt die entstandene Kapsel und beugt einer Kapsel fibrose vor.

Bitte denken Sie nach wie vor an Ihre regelmäßigen Brustuntersuchungen! Mammographien sind bei Implantatträgerinnen problemlos möglich und auch empfohlen. Ihr Gynäkologe wird Sie diesbezüglich gerne beraten.

Nach dem endgültigen Einheilen der Implantate, ca. 8 Wochen nach der Operation, sind keinerlei körperliche Einschränkungen mehr nötig! Sie sollten möglichst vergessen, dass Sie Implantate haben und all das uneingeschränkt machen, was Sie vor der Operation gemacht haben. Auch Kraftsport ist uneingeschränkt möglich. Lediglich auf Übungen bei denen stark vibrierende Geräte (z. B. Power-Plate) eingesetzt werden, sollte man verzichten, da es hierbei zu einer Serombildung (Gewebsflüssigkeit) in der Implantathöhle mit Drehung des Implantates kommen kann.



Zur Schmerztherapie:

Metamizol 500 mg (schmerzstillend) für 3 Tage einzunehmen	1-0-1
Ibuprofen 600 mg (schmerzstillen, entzündungshemmend, abschwellend) bei Bedarf	Max. 3 x täglich
Pantopranzol 40 mg (Magenschutz) für 3 Tage einzunehmen	1-0-0
Traumeel Tabletten (Hom. Kombination) (wundheilungsfördernd, abschwellend, entzündungshemmend) mind. 6 Tage einnehmen	1-1-1

Bitte beachten Sie:

- Mindestens 1 Woche vor einem geplanten Eingriff kein ASPIRIN bzw. gerinnungshemmende Medikamente einnehmen (Blutungsgefahr)!!!
- Zigaretten- und Alkoholkonsum 1 Woche vor OP beenden bzw. auf ein Minimum beschränken (Wundheilungsstörungen)!!!
- Informieren Sie uns über regelmäßige Medikamenteneinnahme, bekannte Allergien und Unverträglichkeiten!!!

Bei Fragen oder wenn Sie beunruhigt sind, zögern Sie nicht uns anzurufen.
Die Telefonnummer unserer Praxis lautet 089-159 189-0.

Falls Sie in der Praxis niemanden erreichen, rufen Sie bitte im Klinikum Dritter Orden unter der Nummer 089-1795-0 an. Von dort aus werden wir sofort für Sie kontaktiert.

Bei ungewöhnlichen Blutungen, Schmerzen, Fieber (über 38°) informieren Sie uns bitte unverzüglich.

Wir wünschen Ihnen einen unkomplizierten Heilungsverlauf!

Ihr Praxis-Team Prof. Dr. med. Christian Gabka / Dr. med. Felix Graf von Spiegel