een santeon ziekenhuis

Borstverkleining en borstversteviging

Veel vrouwen hebben een probleem met te zware en/of hangende borsten. Een borstverkleinende of borstverstevigende operatie kan dan een optie zijn.

Door het grote gewicht van de borsten kunnen vrouwen last krijgen van hun rug, schouders en/of nek en kan de huid onder de borst geïrriteerd raken. Ook vinden veel vrouwen het 'abnormale' model van hun borsten afstotend of schamen ze zich ervoor.

Misschien heeft u vooral last van verslapte borsten, zonder dat u bent aangekomen en last heeft van lichamelijke klachten. U wil de operatie dan vooral, omdat u uw borsten niet mooi vindt. Ook deze wens komt veel voor.

Voorbereiding

Streefgewicht

Als u te zwaar bent, is de kans op het ontstaan van complicaties zoals bloeduitstortingen, ontstekingen en het afsterven van weefsel te groot. Voordat u in aanmerking komt voor een borstverkleinende ingreep, moet u daarom afvallen totdat u op streefgewicht bent. Dit is het gewicht dat voor uw lengte normaal is (BMI<30).

Als u op uw streefgewicht bent, maakt u via de poli Plastische Chirurgie een afspraak met de plastisch chirurg. De operatie kan dan zonder onnodige risico's worden uitgevoerd met een goede kans op een mooi resultaat.

Dag van opname

U wordt waarschijnlijk opgenomen op de dag dat u wordt geopereerd. De afdeling Voorbereiding Opname (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/6590) neemt vooraf contact met u op om de dag, tijd en plaats van opname met u af te spreken.

Op de dag van uw opname, meldt u zich in het ziekenhuis op de afgesproken tijd en plaats. Bij de centrale receptie kunt u de weg naar de verpleegafdeling vragen. Een verpleegkundige heet u daar welkom en neemt in het kort opnieuw uw gegevens op, zodat de verpleegkundige zorg op uw persoonlijke situatie afgestemd kan worden. Ook krijgt u informatie over de afdeling.

De meeste vrouwen worden 1 tot 3 dagen opgenomen in het ziekenhuis.

Voorbereiding op uw opname

Een goede voorbereiding is voor u en voor ons belangrijk. Op onze webpagina Opname in het ziekenhuis (bij operatie) (https://www.antoniusziekenhuis.nl/opname-het-ziekenhuis-bij-een-operatie) leest u hoe u zich op uw opname voorbereidt en krijgt u informatie over de gang van zaken in ons ziekenhuis.

Eten en drinken (nuchter zijn)

Het is noodzakelijk dat u voor de operatie een bepaalde periode niet eet of drinkt ('nuchter' blijft). Dit geldt als u narcose, een ruggenprik of een zenuwblokkade krijgt. Als u niet nuchter bent tijdens de ingreep, is de kans groter dat er tijdens de ingreep eten en drinken uit uw maag in uw longen terechtkomt. Dit kan leiden tot een ernstige longontsteking. Het is dus belangrijk dat u zich aan onderstaande voorschriften houdt. Als u niet nuchter bent, zullen wij er voor uw veiligheid voor kiezen om de operatie niet door te laten gaan.

Houd u aan de onderstaande voorschriften:

- **Tot 6 uren voordat u in het ziekenhuis moet zijn, mag u 1 of 2 beschuitjes met jam eten.**

Dit betekent dat als u zich bijvoorbeeld om 08.00 uur 's morgens in het ziekenhuis moet melden, u vanaf 02.00 uur 's nachts niets meer mag eten. Moet u zich bijvoorbeeld om 14.00 uur 's middags melden, dan mag u vanaf 08.00 uur 's morgens niets meer eten.

- **Tot 2 uren voordat u in het ziekenhuis moet zijn, mag u heldere vloeistoffen drinken. Dit zijn: water, appelsap en thee ZONDER melk. Koffie zonder melk is ook toegestaan.**

Dit betekent dat als u zich bijvoorbeeld om 08.00 uur 's morgens in het ziekenhuis moet melden, u vanaf 06.00 uur 's morgens niets meer mag drinken. De afgesproken medicatie mag u wel met een slokje water innemen op de dag van de operatie.

Als u al bent opgenomen in het ziekenhuis en de volgende dag wordt geopereerd, dan zullen de zorgverleners op de afdeling u laten weten vanaf hoe laat u niet meer mag eten en drinken.

Medicijnen

Gebruikt u bloedverdunnende medicijnen? Dan moet u dat aan uw arts melden. Bepaalde medicijnen (zoals aspirine®, APC, Acetosal, Aspro, Ibuprofen en diclofenac) mag u 5 dagen voor de operatie niet meer slikken.

Met middelen zoals Acenocoumarol, Sintrom® of Marcoumar® moet u in overleg met de behandelend arts stoppen.

Beha

Wij verzoeken u een sportbeha met voorsluiting, zonder beugels of baleinen, mee te nemen naar het ziekenhuis.

U kunt deze beha ook kopen op poli Plastische Chirurgie op locatie Utrecht (https://www.antoniusziekenhuis.nl/locaties/ziekenhuis-utrecht). Neem voordat u hiervoor langskomt eerst contact op met de poli Plastische Chirurgie (https://www.antoniusziekenhuis.nl/plastische-chirurgie).

Niet roken

Om de kans op complicaties te verminderen, adviseren wij u met klem om 6 weken rondom de ingreep niet te roken. Roken vernauwt de bloedvaten en kan ervoor zorgen dat de wond minder goed geneest.

Make-up

Zorg ervoor dat u geen make-up draagt (ook geen nagellak).

Goed voorbereid met Mijn Antonius

In ons ziekenhuis werken we met het patiëntportaal Mijn Antonius. Log voor uw afspraak in op Mijn Antonius met DigiD om de informatie te bekijken die voor u klaarstaat, zoals uw afspraakgegevens, vragenlijsten of andere belangrijke informatie. Zo bent u goed voorbereid op uw afspraak.

Behandeling

Voor de operatie

Kort voor de operatie krijgt u operatiekleding aan. Hierna wordt u in uw bed naar de operatieafdeling gebracht. Daar tekent de plastisch chirurg eerst een aantal lijnen op uw borsten. De anesthesist (verdovingsarts) brengt een infuus in. Dat is een dun plastic slangetje in uw bloedvat waardoor de narcose, het vocht en eventuele medicijnen worden toegediend.

Narcose

De operatie vindt plaats onder algehele narcose. Dat betekent dat u in slaap wordt gebracht en niets meekrijgt van de operatie.

De operatie

Verwijderen van borstklierweefsel

Tijdens de operatie verwijdert de chirurg een deel van uw borstklierweefsel en een deel van uw huid. De chirurg vormt een nieuw, kleiner model van de borst door onder uw huid vet en borstklierweefsel te verplaatsen.

Verplaatsen van de tepel

Ook verplaatst de chirurg de tepel. Rond de beide tepelhoven zal een cirkelvormig litteken ontstaan en verder komt bij de meeste technieken een litteken in de huidplooi onder de borst en een litteken in verticale richting tussen de tepelhof en de plooi onder de borst. Uw plastisch chirurg informeert u voor de operatie over de techniek die voor u het beste lijkt.

Oplosbaar hechtmateriaal

De wonden worden dichtgemaakt met oplosbaar hechtmateriaal. Dit hechtmateriaal hoeft later dus niet verwijderd te worden. Ook krijgt u drains (dunne slangetjes) ingebracht die bloed en vocht uit de wond afvoeren.

Borstdrains

Afhankelijk van de operatie worden er borstdrains geplaatst. Als dat het geval is worden deze de ochtend na de operatie eruit gehaald.

Nazorg

Uitslaapkamer

- U wordt na de operatie wakker op de uitslaapkamer van de operatieafdeling (Recovery).
- Wanneer u voldoende wakker bent, wordt u teruggebracht naar de verpleegafdeling.

Terug op de verpleegafdeling

- Heeft u pijn of bent u misselijk? Vraag hier dan gerust iets tegen aan de verpleegkundige.
- De verpleegkundige controleert regelmatig uw bloeddruk, uw polsslag en het verband.
- Wanneer u goed gedronken heeft, geplast heeft en niet (meer) misselijk bent, verwijdert de verpleegkundige het infuus.
- Heeft u borstdrains dan worden deze verwijderd de ochtend na de operatie.

Stevige beha

Nadat de drains en het verband zijn verwijderd, gaat u de stevige beha dragen die u heeft meegenomen naar het ziekenhuis of gekocht heeft in het ziekenhuis. Wij adviseren u om deze beha 6 weken lang, dag en nacht te dragen.

Duur opname

Hoelang u in het ziekenhuis wordt opgenomen, hangt af van hoe uitgebreid de ingreep is. Gewoonlijk mag u de volgende ochtend na de operatie weer naar huis.

Herstel thuis

Eerste dagen

De eerste dagen thuis moet u het rustig aan doen, maar u hoeft niet in bed te liggen. Afhankelijk van uw conditie, kunt u na een week weer lichte werkzaamheden verrichten.

Pleisters en douchen

Op de wond zitten witte pleisters. Laat deze de eerste 2 weken zitten. Ze zorgen met name de eerste dagen ervoor dat de wond goed geneest. De pleisters kunnen goed tegen water. U mag dus gewoon douchen, maar mag niet zwemmen of in bad gaan.

Paracetamol bij pijnlijk gevoel

U kunt de eerste tijd last hebben van een pijnlijk, zwaar gevoel bij de littekens. U mag hiervoor paracetamol gebruiken.

Gebruik geen Aspirine® of pijnstillers die acetylsalicylzuur bevatten! Deze maken uw bloed dunner, waardoor het risico op een bloeding groter wordt.

Tepels

De tepels voelen vaak dof aan en reageren minder.

Geen zwaar werk

De eerste 6 weken na de operatie mag u geen zwaar werk doen; hieronder verstaan we ook intensieve conditietraining en sport. Een en ander is natuurlijk afhankelijk van hoe uitgebreid uw ingreep was. Uw plastisch chirurg bespreekt dit met u.

Litteken

Het nut van littekencrèmes is nooit bewezen. Mogelijk hebben sommige mensen er wel baat bij. Zolang het litteken rood is, mag u er niet mee in de zon of onder de zonnebank. U kunt het litteken beschermen met een pleister of met een sunblock (factor 50).

Het eindresultaat

Door de sterke spanning die na de operatie in de weefsels optreedt, wordt het uiteindelijke model anders dan vlak na de correctie.

Verder moet u zich realiseren dat bij een borstverkleinende of -verstevigende operatie het overtollige weefsel onder de oksels niet wordt gecorrigeerd. Verslapping die eenmaal is begonnen, gaat ook na deze vormverbeterende operatie door. Daardoor kan een goed gelukte borstverkleining of -versteviging, uiteindelijk toch een minder fraai resultaat opleveren. Ook door het aankomen in gewicht, een zwangerschap of door pilgebruik kunnen de borsten weer zwaarder worden.

Cupmaat

De plastisch chirurg kan u geen bepaalde cupmaat van de beha garanderen na de operatie.

Symmetrie

Na de operatie kunnen de symmetrie en de vorm en de littekens van de borsten tegenvallen.

Wond en littekens

Hoe de littekens er uiteindelijk precies uitzien, is moeilijk te voorspellen. Vooral waar deze ver in de richting van de oksels doorlopen, kunnen ze vrij dik, rood en gevoelig worden. Na enkele maanden neemt de gevoeligheid weer af en kunnen de littekens dunner en witter worden.

De littekens kunnen ook breder worden. Ook kan de wond minder mooi genezen. In zeldzame gevallen kan weefsel van de tepelhof en tepel afsterven.

Aanvullende operatie

Uw plastisch chirurg probeert zo goed mogelijk aan uw wensen te voldoen, maar kan u geen garantie geven op het verloop of de resultaten van de operatie. Soms is een aanvullende operatie nodig om een goed eindresultaat te krijgen. Deze aanvullende operatie kan extra kosten met zich meebrengen die door uw verzekering of door u zelf vergoed moeten worden.

Borstvoeding na de operatie

Omdat bij een borstverkleining ook melkklierweefsel wordt weggenomen en/of de melkgangen naar de tepel worden doorgesneden, is het niet zeker of u na afloop nog borstvoeding kunt geven, ook omdat de tepels verplaatst worden.

Hoog percentage tevreden vrouwen

Een borstverkleinende of -verstevigende operatie brengt risico's met zich mee en het resultaat is niet te garanderen. Een heel hoog percentage vrouwen is na de operatie echter tevreden over het resultaat en zou de operatie als zij opnieuw konden kiezen weer ondergaan.

Mogelijke complicaties

Zoals bij elke operatie, is er ook bij deze ingreep een risico op complicaties, zoals:

- Narcoseproblemen
- Trombose
- Infectie
- Bloeduitstorting
- Pijnlijke verdikkingen van de littekens, die later operatief verwijderd moeten worden (heel soms)
- Wondproblemen
- Vetnecrose

Contact opnemen

Als u tijdens de eerste 2 weken na de ingreep last krijgt van abnormale pijn, zwelling of koorts moet u contact opnemen met de poli Plastische Chirurgie.

- Tijdens kantooruren met de poli Plastische Chirurgie (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/416), T 088 320 24 00.
- Buiten kantooruren met de Spoedeisende Hulp (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/7122), T 088 320 33 00.

Expertise en ervaring

Het specialisme Plastische Chirurgie van het St. Antonius Ziekenhuis verricht onder meer (borst)reconstructies, hand- en polsoperaties, huidkankerchirurgie, chirurgie na maagverkleiningen, en plastische chirurgie bij kinderen en esthetische chirurgie.

Het team bestaat uit gespecialiseerde plastische chirurgen met ruime ervaring in een of meerdere aandachtsgebieden. De plastisch chirurgen werken in het ziekenhuis nauw samen met oncologisch chirurgen, hart-longchirurgen, dermatologen, reumatologen, revalidatieartsen en handtherapeuten.

Op de polikliniek behandelen we ruim 4.600 patiënten per jaar. Daarnaast komen jaarlijks ruim 5.600 patiënten naar onze polikliniek voor controle. Hiermee zijn we een van de grootste praktijken in Nederland.

Vergoeding ziektekostenverzekering

De meeste ziektekostenverzekeringen vergoeden een borstverkleining uitsluitend als u door het zware gewicht van uw borsten niet goed kunt functioneren. De ingreep wordt niet vergoed in geval van overgewicht of als de ingreep alleen bedoeld is om de vorm van de borst te verbeteren.

Vóór de ingreep moet u bij uw ziektekostenverzekering een machtiging aanvragen. De verzekering zal van uw plastisch chirurg willen weten wat de klachten inhouden en of een ingreep mogelijk is. Uiteindelijk bepaalt de verzekeringsgeneeskundige of de verzekeringsmaatschappij de ingreep vergoedt.

Als u geen vergoeding krijgt en u overweegt de operatie op eigen kosten te laten uitvoeren, kan de plastisch chirurg ervoor zorgen dat u van tevoren een kostenopgave krijgt.

Veilige zorg in het ziekenhuis

In het St. Antonius Ziekenhuis staat veiligheid voorop. Onze medewerkers doen er alles aan om uw bezoek aan het ziekenhuis zo goed mogelijk te laten verlopen. Help ons a.u.b. om goed voor u te zorgen door ons te vertellen:

- Welke medicijnen u gebruikt.
- Of u allergieën heeft.
- Of u (mogelijk) zwanger bent.
- Als u iets niet begrijpt.
- Wat u belangrijk vindt.
- Als u iets ziet wat niet schoon is.

Bereid uw gesprek met uw zorgverlener goed voor. Voor tips: Begin een goed gesprek (https://begineengoedgesprek.nl/)

Op de website van de Nederlandse Patiëntenfederatie (https://www.patientenfederatie.nl) leest u meer over hoe u zelf kunt bijdragen aan veilige zorg.

Meer informatie

De informatie op deze pagina is voor een deel gebaseerd op informatie van de Nederlandse Vereniging voor Plastische Chirurgie (http://www.nvpc.nl)(NVPC). Voor meer informatie kunt u terecht op de website van deze vereniging.

Gerelateerde informatie

Specialismen

- Plastische Chirurgie (https://www.antoniusziekenhuis.nl/plastische-chirurgie)

Contact Plastische Chirurgie T 088 320 24 00