

# Fjernelse af bryst

Denne pjece er en information til dig og dine pårørende og skal anses som et supplement til den samtale, du har haft i ambulatoriet.

Vi har konstateret, at du har en ondartet knude i brystet, og vi har vurderet, at du skal have fjernet dit bryst.

## SÅDAN FOREGÅR OPERATIONEN

Under operationen er du fuldt bedøvet.

Under operationen fjerner lægen hele dit bryst. Efter operationen har du et langt, tyndt, bueformet sår dér, hvor brystet er fjernet. Såret syes med selvopløselig tråd, som ikke skal fjernes. Sårkanterne holdes sammen af hudlim.

Du får sandsynligvis lagt et dræn (en tynd plastslange) ved såret for at lede overskydende væske væk fra operationsområdet.

Det bortopererede bryst bliver efterfølgende undersøgt grundigt.

Selve operationen varer cirka 2-3 timer.

Efter operationen bliver du kørt til opvågningsstuen, hvor du bliver observeret, indtil du er vågen efter bedøvelsen. Først herefter bliver du kørt tilbage på sengestuen.

## SÅDAN FORBEREDER DU DIG

### Køb smertestillende medicin

Vi råder dig til på forhånd at købe smertestillende håndkøbsmedicin, så du har den til de første dage hjemme. Køb paracetamol 500 mg og eventuelt ibuprofen 200 mg.

### Mød fastende til aftalen

Du skal faste inden operationen. Du skal derfor følge disse retningslinjer:

- Du må ikke spise fra midnat inden operationen. Du må heller ikke drikke mælkeprodukter eller spise pastiller, bolsjer og tyggegummi.
- Du må gerne drikke klare væsker indtil 2 timer før. Det kan fx være vand, saftvand eller te og kaffe uden mælk.
- For dit velbefindende før og efter narkosen anbefaler vi, at du drikker 2 glas saft 2 timer før den planlagte operation og derefter ingenting, til narkosen er overstået.

Følg disse retningslinjer, medmindre narkoselægen har givet dig anden vejledning.

### Fjern make-up og løse genstande

Af hensyn til hygiejne og sikkerhed under operationen skal du forberede dig således:

- **Make-up.** Fjern al make-up og neglelak. Under operationen skal vi kunne iagttage din huds naturlige farver.
- **Smykker.** Fjern løse dele såsom smykker, ur og ringe.
- **Daglige hjælpemidler.** Brillen, høreapparat og tandprotese tager vi af dig lige inden narkosen.
- **Kontaktlinser.** Linser må du gerne beholde i. Fortæl dog sygeplejersken, hvis du bruger linser.

### Vask dig grundigt før operationen

Tag et bad om aftenen eller morgenen, og vask dig grundigt med vand og sæbe – særligt på stedet for indgrebet. Tag også renvasket tøj på. Undlad også at smøre dig ind i fed creme, da det gør det vanskeligt at desinficere din hud inden operationen.

### Tag medicin som aftalt på forberedelsesdagen

Hvis du er vant til at tage medicin om morgenen, er det narkoselægen, der bestemmer, hvad du eventuelt skal tage på operationsdagen.



### Tag imod smertestillende før operationen

Vi giver dig en eller flere tabletter, som du må skylle ned med en mundfuld vand. Tabletterne er oftest langtidsvirkende smertestillende medicin, der optages under operationen, og så virker efter operationen.

## EFTER OPERATIONEN

### Observation på afsnittet

Du skal observeres i minimum 6 timer efter operationen. Herefter kan du tage hjem.

### Dræn

Drænet leder overskydende blod og sårveske ud. Dagen efter operationen skal du komme igen og få fjernet drænet. Vi vejleder dig i at håndtere drænet, inden du tager hjem.

### Risiko for blødning

De første timer efter operationen er der en lille risiko for, at der kan opstå ny blødning i såret. Sker det, kan det blive nødvendigt at stoppe blødningen ved en ny, mindre operation.

### Hurtigt ud af sengen

Det er vigtigt, at du efter operationen kommer i gang med at bevæge dig. Det mindsker risikoen for komplikationer. Du skal derfor forvente, at vi allerede få timer efter operationen beder dig om at komme ud af sengen og gå omkring. Vi støtter dig selvfølgelig i det omfang, du har brug for det.

### Sig til, hvis du får smerter

Vi tilbyder dig smertestillende medicin, og hvis du har behov for mere, må du sige til. Det er vigtigt, at du ikke har flere smerter, end at du kan slappe af og også komme ud af sengen.

### Fysioterapi

Efter en brystoperation får muskler og sener på brystvæggen og omkring skulderleddet en tendens til at blive stramme og midlertidigt svækkede.

Når du skal have fjernet drænet dagen efter operationen, kommer du derfor også til at tale med en fysioterapeut, der vejleder dig i forebyggende øvelser, så du kan genvinde normal funktion og bevægelighed i arm og skulderled. Du bliver også indkaldt til individuel

vurdering med henblik på genoptræning 2 uger efter operationen.

### Aftal at blive hentet af en pårørende

Du bliver udskrevet samme dag eller dagen efter operationen. Sørg for at have en pårørende til at ledsage dig eller køre dig hjem. Du må ikke selv køre bil det første døgn efter, at du har været bedøvet.

Det kan være en god idé, at din pårørende er hos dig de første 24 timer efter operationen. Din pårørende skal holde øje med eventuelle eftervirkninger fra operation, narkose eller medicin, og sørge for, at du får hvile.

## NÅR DU KOMMER HJEM

### Sygemeld dig

Du må forvente at være sygemeldt i en periode efter operationen. Hvor længe du skal være sygemeldt, afhænger af den fysiske aktivitet i dit arbejde samt dit generelle helbred. Tal med lægen om netop dit behov.

### Tag smertestillende efter behov

Du kan have smerter eller ubehag i den første tid efter operationen. Du kan lindre smerterne med smertestillende medicin fra håndkøb. Du må tage 2 tabletter paracetamol højst 4 gange dagligt og 1-2 tabletter ibuprofen højst 3 gange dagligt.

### Fjern forbindingen

Du må fjerne forbindingen over såret 24 timer efter operationen, hvis såret er tørt – ellers påsættes ny forbindelse.

Hudlimen forsvinder af sig selv efter 5-14 dage.

### Undlad at smøre såret

Smør ikke såret med creme eller salve i de første 14 dage, og undlad at dække det med plaster.

### Undgå karbad, svømmehal og havbad

Du må tage brusebad fra dagen efter operationen. For at mindske risikoen for infektion fraråder vi dig at tage karbad, gå i svømmehal og bade i havet de første 2-3 uger efter operationen.



### **Forvent misfarvning**

Den blødning, der har været i forbindelse med operationen, kan farve huden omkring såret blå. Den blå farve forsvinder af sig selv i løbet af 2-3 uger.

### **Vær opmærksom på infektion**

Får du rødme, varme, smerte eller feber, kan det være tegn på betændelse ved operationssåret, og du skal behandles. Kontakt os, hvis du oplever tegn på infektion.

### **Gå en tur dagligt**

Motion fremmer blodgennemstrømningen til såret og fremmer dermed helingen. Derfor er det en god idé at gå en tur hver dag.

### **Undlad rygning og alkohol**

Rygning hæmmer sårhelingen med 30 %, da nikotin gør blodkarrene mindre og derved nedsætter transporten af ilt og næring til såret. Derfor bør du helt lade være med at ryge.

Større dagligt forbrug af alkohol svækker immunsvaret og hæmmer sårets heling. Drik derfor kun alkohol i små mængder – eller lad helt være.

### **Spis sundt**

En sund kost hjælper sårhelingen på vej. Kroppen har brug for vitaminer og for protein, som findes i blandt andet kød, fisk, æg og mælkeprodukter.

Spis sundt og tag desuden en vitaminpille dagligt.

### **Forvent dannelse af sårvæske**

Når brystet er fjernet, er der en indvendig sårflade, som danner sårvæske. Sårvæsken kaldes også serom. Der kan ophobes serom under såret, som kan vise sig som hævelse og spænding i huden.

Bliver du generet af serom, kan du få det tømt ud gennem en kanyler. Du kan som regel ikke mærke det, fordi du i nogen tid efter operationen vil være følelsesløs i området omkring såret. Det kan være nødvendigt at få tømt serom flere gange med nogle dages mellemrum. Kontakt os per telefon mellem klokken 8.00 og 9.00 på hverdage, hvis du har behov for at få tømt serom ud. Du kan også kontakte Brystkirurgisk Speciale på Aalborg Universitetshospital eller Sygehus Thy-Mors, Thisted. Se kontaktoplysninger i boksen.

Seromdannelse er helt normalt efter den operation, du har gennemgået, og har intet med kræftsygdommen at gøre.

## **KONTROL**

### **Samtale efter 10 dage**

Du skal til samtale i Ambulatorium for Brystkirurgi cirka 10 dage efter operationen. Her får du svar på undersøgelsen af den bortopererede bryst og lymfeknuderne. Vi anbefaler, at du tager en pårørende med til samtalen.

### **Eventuel efterbehandling og kontrol**

Din eventuelle efterbehandling og fremtidige kontroller varetages af Onkologisk Ambulatorium på Aalborg Universitetshospital. Det er lægerne i Aalborg, som tager stilling til din efterbehandling.

Du bliver indkaldt til kontrol per brev 2-3 uger efter operationen. Ved den første kontrol lægges den endelige plan for dine kontroller og eventuelle efterbehandling.

## **BRYSTPROTESE OG GENSKABELSE AF BRYSTET**

Når dit bryst er blevet fjernet, får du et asymmetrisk udseende. For at rette op på det kan du få en brystprotese eller eventuelt senere en genskabelse af brystet.

### **Brystprotese**

Ud over at give dig et symmetrisk udseende har protesen også betydning for din balance i kroppen og din kropsholdning. Vi vil vise dig forskellige typer af brystproteser. Nogle er selvsiddende, mens andre sættes ind i en bh.

Inden du bliver udskrevet, vil du i første omgang få en bh med et midlertidigt indlæg. Senere, når såret er helet efter 3-4 uger, kan du vælge en udvendig blivende protese. Du får bevilget 2 proteser det første år efter operationen. Derefter kan du få 1 ny ved behov. I enkelte tilfælde skal du selv betale en del af udgiften til protese.



Vi søger din kommune om bevilling til protesen. Når du har modtaget brev fra din kommune, kan du henvende dig til en af de forretninger, der forhandler brystproteser. Du kan frit vælge imellem disse forhandlere af brystproteser:

- Sahva Care  
Nytorv 11  
9000 Aalborg  
Tlf. 70 11 07 11
- Nørregades Varehus  
Adelgade 18  
7800 Skive  
Tlf. 97 52 04 07
- Bandagist-Centeret Hjørring  
Blspensgade 95  
9800 Hjørring  
Tlf. 87 42 51 03
- Bandagist-Centeret Aalborg  
Hobrovej 76  
9000 Aalborg  
Tlf. 87 42 51 03

Du skal ringe på forhånd og aftale tid.

Enkelte dage i hver måned kan du træffe en konsulent fra Sahva på sygehusene i Frederikshavn og Thisted. Bestil tid til en konsultation hos Sahva på telefon 70 11 07 11.

### Genskabelse af brystet

De fleste kvinder, der har fået fjernet et bryst, har mulighed for senere at få genskabt brystet. Vi kalder det brystrekonstruktion. Almindeligvis kan genskabelsen af brystet påbegyndes 1 år efter, at brystet er blevet fjernet.

Genskabelse af brystet kan udføres på forskellige måder. Du kan tale med lægen om dine muligheder, hvis du ønsker det.

Hvis du ønsker at få genskabt dit bryst, skal du henvise til Plastikkirurgisk Afdeling på Aalborg Universitetshospital. Lægerne på Onkologisk Afdeling og din praktiserende læge kan også henvise dig.

## KONTAKT OG MERE VIDEN

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os.



### Kontakt

#### Regionshospitalet Nordjylland

#### Ambulatorium for Brystkirurgi

Tlf. 97 64 05 57

#### Aalborg Universitetshospital

#### Brystkirurgisk Speciale

Tlf. 97 66 06 24

Vi træffes bedst:

Mandag – fredag 8.00 – 15.00

#### Sygehus Thy-Mors

Kirurgisk Speciale

Tlf. 97 65 06 45

Vi træffes bedst

Mandag – fredag 8.00 – 10.00 og 13.00 – 14.00