



VICTORIA  
*kliniken*

## Bukplastik – Utförlig information

Om du funderar på en bukplastik kommer den här informationen att ge dig en grundläggande förståelse för vad en operation innebär, hur den går till och vilka resultat man kan förvänta sig.

### Allmänt

Skälen till varför man väljer att genomgå en bukplastik varierar. Den vanligaste patienten är en kvinna som inte trivs med sin "bulliga putmage", en mage med ett överskott av hud samt bristningar efter en eller flera graviditeter. En putande nedre buk med uttänjd bukmuskulatur eller med överskottshud kan vara resultatet av graviditetsrelaterad hormonutsöndring, viktuppgång eller ärftligt dålig hudelasticitet. Sådana besvär går inte att träna bort utan går bara att bli av med genom kirurgi.

Ofta kombineras bukplastiken med en fettsugning för att förbättra och framhäva kroppens proportioner. Med en fettsugning tar man bort överskottsfett som vanligtvis inte svarar på diet eller motion. I princip är det möjligt att behandla nästan alla ytliga delar på kroppen som har ett överskott av fett, alltifrån ansiktet ned till vaderna. Med en bra kosthållning blir resultatet av en fettsugning bestående. Inför valet av vilket ingrepp som är mest lämpligt tar man hänsyn till patientens allmäntillstånd, hudens kvalitet, underhudsfettskiktets tjocklek samt patientens önskemål.

Om huden är elastisk och fast, bedöms ha en bra sammandragande förmåga samt om besvären finns enbart nedanför naveln, rekommenderas en partiell bukplastik. Om huden är slapp, hängig och bedöms ha en dålig sammandragande förmåga samt om patientens besvär finns både under och över naveln, rekommenderas en traditionell full bukplastik med eller utan fettsugning.

### Hur stor mängd hud/fettvävnad kan tas bort?

Vår policy är att man inte bör fettsuga mer än 5% av kroppsvikten, detta för att minska risken för en rubbning av kroppens vätskebalans och blodvärden. Volymen fettvävnad som tas bort är dock beroende av patientens biologiska förutsättning samt hur stort område som skall fettsugas. Det går att suga större volymer på ett mindre område om så skulle vara nödvändigt, men normalt fettsuger man 3-4 liter fett + vätska. Utöver det som fettsugs tas även den överflödiga huden med fettvävnad bort, vilket innebär att den totala volymen som tas bort ibland är 10-12 kg hos större patienter. Med nyare fettsugningstekniker tillförs fettvävnaden rikligt med koksaltlösning innan sugningen. Denna metod gör att man bättre kan forma de områden som ska fettsugas utan att få ojämnheter, man minskar också risken för blödning och svullnad i efterförloppet. För mer information sök på [info fettsugning](#).

### Placering av snitt

Snittet placeras alltid så diskret som möjligt precis ovanför det hårbärande området, och löper sedan vanligtvis upp mot höftkammen som formen av en högt skuren bikini (se foto). Det blir ett långt ärr, men tejpar man snittet med kirurgtejp under sex månader och det läker bra så blir det vanligtvis tunt och fint.

### Sammanfattning

CHARLES RANDQUIST  
Specialist i plastikkirurgi



## VICTORIA *kliniken*

Bukplastik är ett stort kirurgiskt ingrepp som avlägsnar överskottshud och fettvävnad och sträcker musklerna i bukväggen. Ingreppet kan dramatiskt reducera kroppsvolymen runt buken. Man skall dock vara medveten om att det blir ett permanent ärr som ibland kan gå från höft till höft beroende på hur omfattande ingreppet är.

Personer med en omfattande bukvolym men med ett förhållandevis tunt fettskikt i underhuden, kan istället ha ett stort innehåll i bukhålan. Denna fettansamling längs tarmar och tarmkär är vanligast hos män och för dessa patienter hjälper diet.

Även om en fettsugning inte är en ersättning för diet och motion, kan en fettsugning ta bort områden med fett som inte svarar på traditionell viktnedgång. Ingreppet leder ofta till ett allmänt ökat välbefinnande och kan därför också bidra till att man lyckas bryta en felaktig kostvana.

En patient med normal vikt, lokal fettansamling, god hudelasticitet och realistiska förväntningar har de bästa förutsättningarna för att få ett bra resultat.

### **Vilka risker eller komplikationer bör du känna till?**

All form av kirurgi kan medföra risker, men riskerna är vanligtvis små om en kvalificerad och erfaren plastikkirurg utför operationen. Läkningsförloppet och slutresultatet är aldrig förutsägbart då varje patient har olika biologiska förutsättningar. Utsikten att bli nöjd är dock mycket stor om man får korrekt information och har realistiska förväntningar efter att ha pratat med sin plastikkirurg.

### **Risker som kan förekomma vid all form av kirurgi**

- En efterblödning som ibland behöver avlägsnas. Risken är drygt en på hundra och påverkar inte resultatet i negativ bemärkelse. En efterblödning uppträder vanligtvis inom 12 timmar, efter 1 dygn är risken för en blödning mycket liten.
- En infektion. Detta åtgärdas vanligtvis enkelt med en antibiotikabehandling.
- En proppbildning i ett kärl. Det vanligaste symtomet är att vaderna svullnar upp och ömmar, man kan också känna av en hastigt uppkommen andnöd. Om detta uppträder bör man omedelbart kontakta kliniken.
- Värk och plötslig svullnad i det opererade området, eller feber inom ett par dagar efter operationen. Om detta uppträder bör man kontakta kliniken så att vi kan bedöma om en eventuell komplikation föreligger.

### **Speciella risker/komplikationer som är relaterade till denna operation**

- Tusentals bukplastikoperationer genomförs varje år med utmärkta resultat. Riskerna är dock större än vid mindre ingrepp, eftersom rör sig om en stor operation där patienten ligger flera timmar på operationsbordet och där läkningsförloppet är förhållandevis långt.
- Risken för proppbildning ökar med stigande ålder, längre operation, övervikt samt med den tid det tar för patienten att röra på sig efter operationen. För att minimera risken för att en

CHARLES RANDQUIST  
Specialist i plastikkirurgi



## VICTORIA *kliniken*

blodpropp uppstår, bör du därför komma igång och röra på dig så snart du kan. Vissa patienter kan behöva äta blodförtunnande medicin i förebyggande syfte. Det kan även vara klokt att sluta med p-piller några veckor innan operationen.

- Området närmast snittet längst ned på magen kan ha en sämre blodcirkulation, speciellt hos rökare eller diabetiker. Det kan resultera i att små partier av underliggande fettväv och hud inte överlever. Vid denna så kallade hudnekros bildas sår som kan ta flera veckor eller månader att läka och som även kan ge fula ärr. Om detta skulle inträffa utförs vanligtvis en ärrkorrigering efter cirka 1 år.
- En liten mängd sårvätska kan bildas under den lossade huden även efter det att dränageslangen tagits bort. Om det rör sig om en mindre mängd kan kroppen suga upp den, men är volymen större kan en punktion vara nödvändig. En nål sticks då in och sårvätskan sugts ut.

För att optimera dina förutsättningar att få ett bra resultat och för att minimera riskerna för komplikationer, stannar du vanligtvis 1-2 dygn på kliniken. Du får då all information du behöver och kan i lugn och ro komma igång med stöd av personalen.

### **Hur förbereder Du dig på bästa sätt inför operationen?**

I samband med ditt första besök får du fylla i en hälsodeklaration. Den utgör grunden för om det finns något speciellt just du bör tänka på inför din operation. Efter konsultationen hos din plastikkirurg får du träffa en av våra patientkoordinatorer som ger dig all övrig information. Du får även ett papper med information som du i lugn och ro kan läsa igenom hemma. Konsultationen är helt fristående och du kan välja att boka in dig för en operation vid ett senare tillfälle.

### **Hur går din operationsdag till?**

Du är välkommen till kliniken klockan 07.00, och blir då visad till ditt rum på vårdavdelningen där du installerar dig och byter om till klinikens kläder. Du skall vara fastande sedan midnatt samt ha följt de specifika ordinationer du kunnat läsa om i dina informationspapper.

På mottagningen får du sedan träffa din kirurg som tillsammans med dig ännu en gång går igenom operationsteknik, dina förutsättningar, risker och komplikationer. Naturligtvis finns det tid för ytterligare frågor om det är något du undrar över.

I samband med ditt samtal med kirurgen fotograferas det område som ska opereras. Fotografierna är ett hjälpmedel för att man vid ditt återbesök efter 6 månader skall kunna bedöma slutresultatet. Självklart är dessa fotografier konfidentiella, såsom allt journalmaterial.

Nu återstår det viktigaste av allt inför din operation: en noggrann ritning och slutplanering av området som skall opereras utifrån dina speciella förutsättningar. Du sitter eller står så att kirurgen bäst kan bedöma var snitten skall läggas och hur mycket hud och vävnad som eventuellt skall tas bort.

När detta är gjort får du komma till uppvaket där du blir mottagen av en sköterska som förbereder dig inför din operation. Narkosläkaren kommer också att ha ett samtal med dig, och du får möjlighet att ställa eventuella frågor.

CHARLES RANDQUIST  
Specialist i plastikkirurgi



## VICTORIA *kliniken*

Operationsplaneringen sker på morgonen. Du och dina anhöriga får besked om en cirkatid för din operation efter att kirurgen träffat alla patienter.

Under tiden som du väntar på din operation har du möjlighet att koppla av i din säng på uppvaket. Ta gärna med dig något att läsa eller lyssna på medan du väntar. Det går bra att ha mobiltelefonen påslagen men med signalen avstängd.

### **Operationen**

Området som skall opereras steriltvättas och kläs sterilt. Operationen utförs under narkos i kombination med lokalbedövning, vilket betyder att man är smärtfri och sover under hela operationen. Fördelen med att använda endast en lättare narkos är att du snabbt mår bättre och att du mår mindre illa efteråt.

Först injiceras en lösning med lokalbedövande och kärlsammandragande medel i de områden som skall behandlas. En trubbig fettsugningskanyl förs in genom det 1/2-1 cm stora snittet och med hjälp av en vacuumpump suggs fett ut. Rörelserna är jämna och mjuka för att undvika ojämnheter och de upprepas till dess området skulpterats till önskat resultat.

Kirurgen gör sedan ett bikinisnitt. Längden på snittet beror på hur mycket hud som ska tas bort. Vid en stor bukplastik kan snittet löpa från det ena höftbenet till det andra och läggs alltid alldeles ovanför det hårbeväxta området. Ett andra snitt görs för att fria naveln från omgivande vävnad.

Vid en mini-bukplastik görs ett mycket kortare snitt och naveln behöver inte alltid flyttas.

Via snittet löses och lyfts huden från bukväggen upp till revbenen, och musklerna spänns genom att de dras ihop. Magen blir på detta sätt plattare och midjan smalare. Huden dras sedan nedåt, överflödigt hud tas bort och ett nytt hål görs för naveln som sedan sys på plats.

Till sist sys snitten ihop, kompresser sätts över stygnen och ett tryckförband och en elastisk gördel sätts på. Den elastiska gördeln ska bäras de första 6 veckorna.

Vanligtvis har man även två dränageslangar från såret i cirka 1 till 2 dygn för att suga ut den vätska som bildas. Efter operationen droppar en mindre mängd vätska från snitten, vilket är helt normalt. Vätskan är röd, men ska dock inte förväxlas med blod.

### **Efter operationen**

Den första timmen efter operationen kan du frysa och skaka, detta beror vanligtvis på en kombination av att man är lite nedkyld samt att de läkemedel du fått bryts ned och skall ut ur kroppen.

Vissa patienter kan känna sig illamående. För att minska den känslan kan man ibland få medicin, speciellt om man har en tidigare erfarenhet av kraftigt illamående. Dryck eller mat direkt efter operationen kan också stimulera ett illamående.

CHARLES RANDQUIST  
Specialist i plastikkirurgi



## VICTORIA *kliniken*

Upplevelsen av smärta är väldigt individuell och vissa patienter känner mer smärta än andra. Vårt mål är att du skall må så bra som möjligt och därmed även ha så lite smärta som möjligt. Konsten är att anpassa smärtlindringen efter varje patients behov, och att ge dig precis så mycket som du behöver utan att du blir mer illamående eller alltför trött. Våra medarbetare har lång erfarenhet av detta, vilket är den bästa förutsättningen för att ditt första dygn efter operationen skall bli så behagligt som möjligt.

### **Vad bör du tänka på den närmaste tiden efter din operation?**

Du kommer att få smärtlindrande tabletter samt antibiotika i samband med din utskrivning. Observera att viss medicin inte är förenlig med bilkörning eller alkohol, därför bör du iaktta försiktighet vid bilkörning samt avstå alkohol de närmaste två veckorna. Tänk även på att du genom narkosen är påverkad av läkemedel och absolut inte bör köra bil de närmaste 48 timmarna efter operationen, se därför till att du blir hämtad av anhörig eller att du tar taxi hem.

Du bör vara uppe och gå dagen efter operationen, men undvik fysisk ansträngning. Du får räkna med att din rörelsefrihet är begränsad och det kan vara svårt att räta på sig. Spänningar och dragningar i både bukmuskulatur och hud kan innebära att det gör ont att hosta och att gå på toaletten. Vid större ingrepp kan man känna sig matt och tagen de första dagarna och man bör varva rörelse med vila. Stygnen tas efter 3 veckor och efter det kan du vanligtvis börja med lättare motion i form av promenader.

Nikotinintag påverkar operationsresultatet negativt i form av fördröjd och sämre läkning, större risk för infektion och fula ärr. Vi rekommenderar att du undviker att röka eller snusa de första 4 veckorna efter din operation, liksom 4 veckor innan. Om du har svårt att sluta kan du istället använda nikotinplåster eller nikotintuggummi.

Om du äter P-piller, Minipiller eller Östrogen, bör du på samma sätt göra ett uppehåll 4 veckor innan och 4 veckor efter operationen. Intag av hormonpreparat ökar risken för blodpropp.

Du bör undvika värme i form av bastubad, solning och bad de första 4 -6 veckorna efter din operation. Dessa aktiviteter kan ge ökad svullnad och risk för infektion.

Det är viktigt att komma ihåg att det definitiva slutresultatet inte går att bedöma förrän tidigast efter cirka 6 månader, ibland behövs längre tid. Din kirurg gör dina snitt så små som möjligt, men det är viktigt att komma ihåg att ärren blir permanenta. I början finns ofta en rodnad vid ärren och vävnaden kring operationsområdet kan kännas stel. Ärren mjuknar successivt och kan blekna till tunna vita linjer.

CHARLES RANDQUIST  
Specialist i plastikkirurgi