

Rintojen pienennysleikkauksen jälkeen

Rintojen pienennysleikkaus eli reduktioplastia tehdään, jos rinnat aiheuttavat oireita suuren kokonsa takia. Leikkauksessa rinnoista poistetaan rauhaskudosta, rasvaa ja ihoa.

Haavan hoito

Haavoja voit suihkuttaa normaalisti pesujen yhteydessä. Myös mahdolliset haavateipit saavat kastua. Haavaeritettä voi haavalta tulla pitkänkin ajan. Mikäli haavat erittävät, poista teipit ja suihkuta haavoja päivittäin. Suojaa haavat suihkun jälkeen puhtaalla sideharsotaitoksella tai uudella teippisiteellä.

Haavateipit voit poistaa itse 2 viikon kuluttua, ellei niitä ole tarvinnut poistaa erityksen vuoksi aiemmin. Jos haavalla on poistettavat ompleet, ne poistaa hoitaja terveyskeskuksessa lääkärin määräämänä ajankohtana. Varaa itse aika ompeloiden poistoa varten.

Saunomista ja uimista suositellaan vasta, kun haavat ovat täysin umpeutuneet ja parantuneet. Vältä kuumia löylyjä, kun aloitat saunomisen leikkauksen jälkeen. Kainaloihin voit laittaa deodoranttia, kun haavat ovat täysin umpeutuneet.

Haavakipu

Rintojen turvotus, haavojen kirvely sekä rintojen mustelmaisuus ovat normaaleja leikkauksen jälkeisiä ilmiöitä. Ne poistuvat vähitellen, yleensä noin kahden viikon kuluessa. Haavakipuun voit käyttää reseptivapaita kipulääkkeitä lääkärin ohjeen mukaan.

Liikkuminen ja asentohoito

Normaali liikkuminen kuten kävely ja pyöräily sekä kevyet kotityöt ovat sallittuja, mutta vältä raskaita kantamisia ja nostamisia sekä kovaa rasitusta neljän viikon ajan. Lääkäri arvioi sairausloman tarpeen. Autoa voit ajaa kahden päivän kuluttua leikkauksesta.

Olkaniivelen liikeharjoituksia on hyvä suorittaa päivittäin saamiesi yläraajan voimisteluohjeiden mukaisesti. Kipulääkettä voit ottaa tarvittaessa ennen harjoituksia. Kuukauden kuluttua voit tuntemustesi mukaan palata entisten liikuntaharrastustesi pariin.

Rintaliivit

Rintaliivejä tulee pitää yötä päivää noin neljän viikon ajan leikkauksesta. Osastolta annettujen rintaliivien sijasta voit käyttää myös muita samalla tavoin rintoja tukevia liivejä, esimerkiksi urheiluliivejä.

Arvet

Nännipihan tunto ja reagointi voi olla kuukausien ajan alentunut. Arpien lopullinen tulos on arvioitavissa vasta sitten, kun ne ovat kypsyneet eli yhden - kahden vuoden kuluttua.

Arpien vaaleneminen on hyvin yksilöllistä ja se saattaa viedä pidemmänkin ajan. Rintojen muotoutuminen lopulliseen muotoonsa kestää noin puoli vuotta.

Ota yhteyttä,

jos rinnoissa on

- lisääntyvää kipua, kuumotusta, punoitusta, turvotusta
- haava alkaa erittää pahanhajuista eritettä
- sinulle nousee kuume

Yhteystiedot

Kirurgian osasto 3
Puhelin 02 627 6230

Päiväkirurgia
Maanantaista perjantaihin kello 8.00-17.00
Puhelin 02 627 3840

Leikkausosaston kotiutushoitaja
Maanantaista perjantaihin kello 8.00-15.00
Puhelin 044 707 7488