

## Borstverkleining

*In deze folder informeren wij u over een borstverkleining. In deze folder leest u waarom iemand een borstverkleining krijgt, wat er gebeurt tijdens de operatie en wat er gebeurt na de operatie. Tot slot gaan wij in op de risico's van deze ingreep.*

*De informatie in de folder is algemene informatie. Dat wil zeggen dat niet alles op u van toepassing hoeft te zijn. Heeft u na het lezen nog vragen, stel ze dan gerust.*

### Waarom een borstverkleining?

Zware of slappe borsten kunnen zowel mentaal als lichamelijk belastend zijn.

Meestal zijn de redenen voor een borstverkleining:

- Het gewicht van de borsten veroorzaakt pijn in de schouders, rug en hals
- BH-bandjes snoeren in de huid van de schouder
- Zware borsten zitten in de weg bij sporten
- De huid onder de borsten kan gaan smetten.
- In Nederland worden jaarlijks ongeveer vierduizend borstverkleinende operaties uitgevoerd.

Als u te zwaar bent, is het verstandig vóór een borstverkleinende operatie af te vallen om een beter resultaat te krijgen. Als u op streefgewicht bent gekomen, maakt u een afspraak met de plastisch chirurg. De operatie kan dan zonder onnodige risico's worden uitgevoerd, met een goede kans op een mooi resultaat. Wij adviseren een streefgewicht met een Body Mass Index van 25 of minder.

Body Mass Index is gewicht (kg): lengte x lengte (m). Bijvoorbeeld: uw gewicht is 75 kilogram en uw lengte is 1.68 meter. U rekent uw BMI dan op de volgende manier uit:  
 $BMI = 75 : (1.68 \times 1.68) = 75 : 2.8 = 26$ . Of u vult uw gegevens in op [www.mijnbmi berekenen.nl](http://www.mijnbmi berekenen.nl)

### Hoe bereidt u zich voor op de operatie?

Als u bloedverdunnende medicijnen gebruikt, vertel het dan uw plastisch chirurg. In overleg met hem zult u 1 tot misschien 10 dagen voor de operatie moeten stoppen met het gebruik van die medicijnen.

Roken vergroot de kans op problemen bij de wondgenezing. Daarom zal uw plastisch chirurg u dringend aanraden om voor de operatie volledig te stoppen met roken.

### De operatie

Bij een borstverkleining is soms een nacht opname noodzakelijk, meestal kan de ingreep in dagbehandeling plaatsvinden. De operatie vindt plaats onder algehele narcose. U zult daardoor niets van de operatie meemaken. Tijdens de operatie wordt een deel van de overtollige huid, klier- en vetweefsel verwijderd. Vervolgens wordt de borst in een kleiner model gevormd en wordt de tepel naar het midden van de borst verplaatst. Meestal kan de plastisch chirurg de (bloedvat)verbinding tussen de tepel en het onderliggend vetweefsel behouden.

Kan dit niet, dan moet de tepel (vergelijkbaar met een huidtransplantatie) worden verplaatst. In dat geval is het gevoel in de tepel, volledig verdwenen.

Vanzelfsprekend houdt de plastisch chirurg zoveel mogelijk rekening met uw wensen voor wat betreft de vorm en grootte van de borsten.

[www.meandermc.nl](http://www.meandermc.nl)  
[mijnmeander.nl](http://mijnmeander.nl)

Meander Medisch Centrum  
Maatweg 3  
3813 TZ Amersfoort

Locatie Baarn  
Molenweg 2  
3743 CM Baarn

Locatie Barneveld  
(Medisch Centrum de Burgt)  
Nederwoudseweg 17  
3772 TD Barneveld

Locatie Bunschoten  
(Gezondheidscentrum Scala Medica)  
Chopinstraat 2D  
3752 HR Bunschoten-Spakenburg

Locatie Leusden  
(Medisch Centrum de Mulderij)  
De Mulderij 2  
3831 NV Leusden

Locatie Nijkerk  
(De Nije Veste)  
Oranjelaan 104  
3862 CX Nijkerk

**Postadres:**  
Postbus 1502  
3800 BM Amersfoort

**Telefoonnummers:**  
Algemeen: 033 – 850 50 50  
Afspraken: 033 – 850 60 70

**KvK Gooi en Eemland:**  
32082917

Helaas is het niet altijd mogelijk deze wensen voor honderd procent te realiseren. In de meeste gevallen wordt de cupmaat enkele maten kleiner dan de huidige cupmaat. De plastisch chirurg kan echter geen garantie geven dat de operatie tot een gewenste cupmaat zal leiden. Het verwijderde weefsel wordt opgestuurd naar het laboratorium om eventuele afwijkingen in het verwijderde klierweefsel op te sporen. De uitslag van dit onderzoek krijgt u bij uw controleafspraak. Bij een borstverkleinende operatie wordt geen correctie uitgevoerd van het overtollige weefsel dat bij sommige vrouwen doorloopt van de oksel naar de rug.

## Na de operatie

U krijgt een rekbare band dat als drukverband functioneert. Soms krijgt u een drain (één per kant). Een drain is een kunststof slangetje dat wordt geplaatst om het wondvocht af te voeren. De arts bepaalt dan wanneer de drain eruit kan.

Neemt u een (sport)BH zonder beugels mee voor na uw operatie. Het verband kan dan af en u kunt de BH aan doen. De BH functioneert als drukverband.

U mag vanaf de dag na de operatie kort douchen. De BH kunt u dan even uitdoen. De pleisters kunt u tijdens het douchen laten zitten en daarna laten drogen.

De eerste dagen na de operatie kan uw operatiewond nog gevoelig zijn. Wij adviseren om bij pijn twee tabletten paracetamol van 500 milligram in te nemen. Dit mag u maximaal vier keer per dag doen. Gemiddeld mag u na twee tot drie dagen het ziekenhuis verlaten.

Na de operatie is een mammografie pas na 6 maanden mogelijk.

## Weer thuis

### Leefregels

Afhankelijk van uw gezinssamenstelling adviseren wij u om voor de eerste 2 weken na de operatie hulp thuis te regelen. Hoe meer rust u de operatiewond geeft, hoe beter het litteken geneest. Na ongeveer 3 weken kunt u de meeste dagelijkse werkzaamheden weer zelf verrichten en na 6 weken kunt u weer voorzichtig gaan sporten. Massage met een lotion kan de littekens sneller soepel maken. Begin pas met masseren als er geen wondjes meer zijn. Dat is meestal 2 weken na de operatie. Vraag uw behandelend specialist wanneer dat mag. Een (sport)BH draagt u de eerste 4 weken na de operatie dag en nacht.

Wij adviseren u de eerste 6 weken na de operatie geen activiteiten te verrichten waarbij u de borstspier moet aanspannen. Hierbij denken wij bijvoorbeeld aan stofzuigen of spullen hoog (hoger dan de schouders) uit een kastje halen. Ook sportactiviteiten zoals tennissen, hardlopen of zwemmen kunt u de eerste 6 weken na de operatie beter niet doen. Sporten zoals fietsen en lopen kunt u met mate beoefenen. U voelt zelf goed aan wat ongemakkelijk is, luister daarom goed naar uw lichaam.

### Medicijnen

Als u bloedverdunders gebruikt, hoort u van uw plastisch chirurg wanneer u daar weer mee mag starten.

## De resultaten

Patiënten zijn meestal tevreden over de resultaten van een borstverkleining. Er kunnen echter geen garanties worden gegeven voor een goed resultaat of voor een absolute gelijkheid van de borsten. De nieuwe vorm van de borst wordt gemaakt door inwendige verplaatsing van vet en borstklierweefsel. Het kan maanden duren voordat de borsten hun definitieve vorm hebben. Het uiteindelijke resultaat kan soms wat tegenvallen door ongelijkheid van de borsten of door veranderde gevoeligheid van de tepels.

De littekens kunnen soms wat breed zijn doordat er veel spanning op de wonden was na de operatie. Littekens kunnen breder zijn bij een gestoorde wondgenezing of soms bij mensen met een donkere huidskleur. Het duurt zeker 1 jaar voordat het litteken helemaal is hersteld. In die tijd is het litteken gevoelig voor de zon. Deze

kan een litteken donkerder of lichter van kleur maken. Daarom adviseren wij u de littekens het eerste jaar na de operatie in de zon (en de zonnebank) te bedekken. Soms is een tweede operatie nodig om het litteken kleiner te maken of om een betere borstsymmetrie te verkrijgen. Door zwangerschap, pilgebruik of gewichtstoename/afname kunnen de borsten weer groter of kleiner worden.

### Risico's en complicaties

Bij elke operatie is er een kans op complicaties. Ook bij een borstverkleining is er het normale risico op complicaties van een operatie zoals nabloeding of wondinfectie.

Ook kan de wond op één of meerdere plaatsen iets gaan wijken. Meestal geneest dit zonder problemen.

Het uiteindelijke aanzien van de littekens is niet geheel voorspelbaar.

In een zeldzaam geval kan weefselverlies van de tepelhof optreden. Complicaties na operaties komen meer voor bij vrouwen met overgewicht en bij roken. Daarom adviseren wij u nogmaals om de operatie uit te stellen tot u het juiste gewicht heeft bereikt en u bent gestopt met roken (tenminste zes weken voorafgaand aan de operatie).

### Borstverkleining en borstvoeding

De kans dat u na de operatie geen borstvoeding meer kunt geven is aanwezig. Als u dat graag wilt, adviseren wij eerst uw kinderwens te voltooien voordat u een borstverkleining ondergaat. Wanneer u een borstverkleining hebt ondergaan en u wilt daarna borstvoeding geven, adviseren wij u dit te proberen. In veel gevallen is het toch mogelijk.

### Borstverkleining en gevoel in de tepels

Soms kan na de operatie het gevoel in de tepels veranderd of zelfs volledig verdwenen zijn. Vaak komt het gevoel na jaren weer terug, maar niet altijd volledig. Tot enkele maanden na de operatie kunt u af en toe steken in uw borst voelen. Deze pijnsteken zijn echter onschuldig en verdwijnen vanzelf met de tijd.

### Wie kunt u bellen als u thuis bent als er iets mis is?

Maakt u zich zorgen of heeft u andere problemen als gevolg van het onderzoek/de behandeling, dan kunt u bellen met uw specialist in het ziekenhuis.

Bij een **meerdaagse opname** geldt:

- Tot één week na uw ontslag uit het ziekenhuis belt u het ziekenhuis via 033 – 850 50 50.
  - Vraagt u **tijdens kantooruren** (8.00 - 16.30 uur) naar de polikliniek van het betreffende specialisme.
  - Vraagt u **buiten kantooruren** (16.30 - 8.00 uur) naar de verpleegafdeling van het betreffende specialisme.

Bij een **behandeling in dagopname** geldt:

- Tot één week na uw ontslag uit het ziekenhuis belt u het ziekenhuis via 033 – 850 50 50.
  - Vraagt u **tijdens kantooruren** (8.00 - 16.30 uur) naar de polikliniek van het betreffende specialisme.
  - Vraagt u **buiten kantooruren** (16.30 - 8.00 uur) naar de Spoedeisende Hulp.

Bij problemen meer dan een week na ontslag neemt u eerst contact op met uw huisarts of met de Huisartsenpost, tenzij anders is afgesproken met de specialist.

## Wanneer moet u waar zijn voor controle?

Twee weken na de opname wordt u op de polikliniek Plastische Chirurgie terug verwacht. U krijgt daarvoor een afspraak mee. De pleisters worden verwijderd en de wonden geïnspecteerd. Ongeveer 6-8 weken na de operatie wordt u voor controle door uw plastisch chirurg gezien op de poli.

## Heeft u MijnMeander al ontdekt?

Altijd en overal kunt u online uw persoonlijke en medische gegevens bekijken en beheren op mijnmeander.nl. U kunt uw afspraken op de polikliniek inzien, afzeggen en in sommige gevallen maken of verzetten. Bent u ouder dan 16 jaar, dan heeft u via MijnMeander inzicht in delen van uw medisch dossier. Ook kunt u uw persoonsgegevens bekijken en wijzigen. U logt veilig in met uw DigiD via een computer of tablet. Uw privacy en veiligheid van uw gegevens in MijnMeander zijn gegarandeerd volgens de Algemene Verordening Gegevensbescherming (AVG). Ga naar [www.mijnmeander.nl](http://www.mijnmeander.nl) en bekijk uw mogelijkheden.

## Vragen

Heeft u voor, tijdens of achteraf vragen over uw operatie, stelt u deze dan aan de plastisch chirurg. Het is verstandig uw vragen van tevoren op te schrijven. Dan weet u zeker dat u niets vergeet.

1. \_\_\_\_\_?
2. \_\_\_\_\_?
3. \_\_\_\_\_?
4. \_\_\_\_\_?
5. \_\_\_\_\_?
6. \_\_\_\_\_?

## Telefoonnummers

U kunt het ziekenhuis bereiken via het algemene telefoonnummer: 033 - 850 50 50. U krijgt dan een telefoniste aan de lijn. Vraagt u naar de polikliniek Plastische Chirurgie. De telefoniste verbindt u door.

Als u een afspraak wilt maken of verzetten, dan kan dit via [www.mijnmeander.nl](http://www.mijnmeander.nl) of u belt met het afsprakennummer: 033 - 850 60 70.