



**Capio**

Privathospital

**Brystfjernelse hos mænd**  
(Gynækomasti)

## Brystfjernelse hos mænd (Gynækomasti)

Denne folder giver dig information om, hvad der skal ske før, under og efter den operation, du planlægger at få foretaget. Det er derfor vigtigt, at du har læst folderen grundigt, inden du møder til forundersøgelsen.

Hvis det besluttet at du skal opereres, er det vigtigt, at du forbereder dig bedst muligt til operationen.

Du bør derfor læse punkterne under **"Vigtig information om din forberedelse!"** inden operationen. Du finder punkterne i afsnittet "Forberedelser til din operation" længere nede i denne folder eller ved at klikke [her](#).

Vi beder dig om også at læse folderen "Velkommen" samt folderen om bedøvelse, du modtager med indkaldelsen til operationen.

## Indhold i denne folder

Før operationen .....	4
Forundersøgelse .....	4
Formålet med operationen .....	4
Metoder til at reducere brystdannelse .....	4
Fedtsugning .....	4
Åben operation .....	4
Forventninger .....	5
Forberedelser til din operation .....	5
Vigtig information om din forberedelse! .....	5
Kost, rygning, alkohol og motion - KRAM .....	5
Anbefalinger til forberedelser inden operationen .....	5
Forberedelser på operationsdagen .....	6
Medbring .....	6
Operationsdagen og bedøvelse .....	6
Efter operationen .....	6
Smerter .....	7

Forbinding.....	7
Blødning, blodansamling og hævelse.....	7
Fjernelse af sting.....	7
Bandage.....	7
Ar.....	7
Hårdt væv og føleforstyrrelser.....	8
Aktiviteter og daglige gøremål.....	8
Fravær fra arbejde.....	8
Opfølgning efter udskrivelsen.....	9
Komplikationer.....	9
Infektion.....	9
Større blødning og blodansamling.....	9
Føleforstyrrelser.....	9
Misfarvning af huden.....	10
Egne notater.....	11
Kontakt.....	11

## Før operationen

### Forundersøgelse

Før operationen skal du til forundersøgelse hos plastikkirurgen. Her bliver du informeret om operationen, det forventede resultat og de komplikationer, der efterfølgende kan opstå.

Du er velkommen til at tage en ven eller et familiemedlem med til forundersøgelsen. Der skal gå mindst én uge fra forundersøgelsen til operationen, hvis indgrebet betragtes som udelukkende kosmetisk betinget.

## Formålet med operationen

Formålet med operationen er at reducere uønsket brystdannelse hos mænd.

Brystdannelse berører ca. 1 % af voksne mænd, og tilstanden er oftest er harmløs.

Inden operationen er det dog nødvendigt at udelukke om en tilgrundliggende sygdom forårsager brystdannelsen. Dette kan foregå hos din egen læge. Sygdomme som årsag til tilstanden kan f.eks. være nedsat leverfunktion, misbrug af alkohol eller anabole steroider, hormonproducerende tumorer eller stofskiftelidelser. Årsagen vil dog i de fleste tilfælde forblive ukendt.

Er man overvægtig, dvs. har en BMI (Body Mass Index) over 25, anbefales det at tabe sig før operationen.

## Metoder til at reducere brystdannelse

### Fedtsugning

Fedtvæv fjernes ved hjælp af en tynd sugekanyle, der indføres gennem et eller flere mindre snit i huden. Snittene lægges, så de efterfølgende bliver mindst muligt synlige.

### Åben operation

Kirtelvæv fjernes via et snit, der oftest lægges i brystvorteranden og metoden kan eventuelt kombineres med en fedtsugning.

Hvis brystet hænger meget, kan det sommetider være nødvendigt også at fjerne overskydende hud gennem et snit, der lægges ud fra brystranden.

Nogle gange anlægges et dræn, der fjerner overskydende blod og vævsvæske fra operationssåret.

Ud fra dine ønsker og forventninger, informerer plastikkirurgen dig ved forundersøgelsen om, hvilken metode, der anbefales i dit tilfælde. Hvis du efterfølgende er i tvivl, er du velkommen til at kontakte os.

Der skal gå mindst 1 uge fra forundersøgelsen til operationen, hvis indgrebet udelukkende udføres af kosmetiske årsager.

## Forventninger

Resultatet af operationen forventes at holde mange år frem, men vil påvirkes af aldersforandringer samt vægtændringer. Det er derfor vigtigt at du så vidt muligt holder din nuværende vægt.

Hvis der udelukkende foretages en fedtsugning under operationen, kan det ske, at det efterfølgende bliver nødvendigt at fjerne overskydende hud ved en ny operation.

Ved forundersøgelsen informeres du om det forventede kosmetiske resultat.

## Forberedelser til din operation

### Vigtig information om din forberedelse!

Hvis ikke ALLE punkter nedenfor følges, kan det være nødvendigt at udsætte din operation af hensyn til din sikkerhed:

- Du skal møde fastende på operationsdagen. Læs afsnittet "Fasteregler" i folderen om bedøvelse, du modtager sammen med operationsindkaldelsen, for yderligere oplysninger
- Hvis du indtager blodfortyndende medicin, skal du følge den plan, der er lagt for indtagelse af medicinen op til operationen.

Læs afsnittet "Medicin og kosttilskud" i folderen om bedøvelse, du modtager sammen med operationsindkaldelsen, for yderligere oplysninger om medicin

- I 8 dage op til operationstidspunktet skal du holde pause med eventuel indtagelse af følgende præparater, da disse kan forårsage øget blødning under operationen:
  - Smertestillende medicin, der hører under betegnelsen NSAID (Non-Steroidal Anti-Inflammatory Drugs) og går under navne som f.eks. Bonyl, Ibumetin, Ipren eller Diclofenac
  - Kosttilskud f.eks. fiskeolie eller chiafrø
- Hvis du føler dig syg f.eks. har feber, er forkølet eller får antibiotikabehandling op til operationen, bedes du kontakte os hurtigst muligt
- Hvis du har sår, rifter eller bumser i operationsområdet, eller har områder på kroppen med betændelse f.eks. en byld, beder vi dig kontakte os hurtigst muligt

## Kost, rygning, alkohol og motion - KRAM

For at give kroppen de bedste betingelser når du skal opereres, anbefaler vi, at du følger rådene om kost, rygning, alkohol og motion (KRAM) op til og efter operationen. Du kan få yderligere oplysninger om KRAM-faktorerne på Capios hjemmeside ved at klikke på linket [KRAM](#).

## Anbefalinger til forberedelser inden operationen

- Aftaler med en voksen person at være hos dig det første døgn efter operationen

- Køber smertestillende håndkøbsmedicin, der indeholder Paracetamol (f.eks. Pinex, Panodil eller Pamol) og eventuelt NSAID f.eks. Bonyl, Ibumetin, Ipren og Diclofenac til smertebehandling efter operationen
- Eventuelt indkøber afføringsmiddel, som kan være nødvendig ved nedsat aktivitet. Apoteket kan give dig yderligere oplysninger om dette

### Forberedelser på operationsdagen

- Du skal tage et bad og vaske hår hjemme inden operationen (hårvask kan gøres dagen inden). Du skal undgå at smøre bodylotion på huden i operationsfeltet efterfølgende
- Du må ikke bære smykker og kontaktlinser. Du må gerne bære briller og høreapparat
- Iklæd dig gerne en løstsiddende trøje, som er nem at få af og på efter operationen

### Medbring

- Mobiltelefon og oplader, så du kan være i kontakt med dine pårørende
- Gerne underholdning f.eks. (lyd)bøger, -blade og høretelefoner

Medbragte værdigenstande opbevares på eget ansvar og vi opfordrer til, at du lader smykker og større kontantbeløb blive hjemme. Du vil dog have adgang til aflåste skabe under forløbet.

## Operationsdagen og bedøvelse

Operationen du skal have foretaget, foregår oftest under fuld bedøvelse.

På operationsdagen vil du møde:

- Personale, der vil informere dig om forløbet og gøre dig klar til operationen
- Plastikkirurgen, der skal operere dig, og som vil tegne operationsområdet op med en tusch
- Eventuelt en narkoselæge, der vil tale med dig om bedøvelsen

## Efter operationen

Efter operationen vil du blive observeret, og når du er tilstrækkelig vågen, få tilbudt mad og drikke.

Inden udskrivelsen informeres du om operationens forløb og om de forholdsregler, der efterfølgende er. Hvis der anlægges et dræn under operationen, informeres du ligeledes yderligere om dette.

Du kan normalt udskrives 3-5 timer efter operationen.

Du skal selv sørge for hjemtransport og du må ikke selv køre bil 24 timer efter du har været i fuld bedøvelse.

Se i øvrigt punktet "Bilkørsel" i afsnittet "Aktiviteter og daglige gøremål" længere nede i denne folder eller ved at klikke [her](#) for anbefalinger til genoptagelse af bilkørsel.

## Smerter

Efter operationen vil de fleste opleve smerter, der oftest varer 1-2 uger. Smerter behandles med håndkøbsmedicin og hvile. Du vil blive informeret om smertebehandling inden du udskrives.

Se afsnittet "Anbefalinger til forberedelser inden operationen" eller klik [her](#), for oplysninger om håndkøbsmedicin.

## Forbinding

Efter operationen sættes der plasterstrimler over operationssårene. Plastrene kan tåle brusebad og kan fjernes i forbindelse med at trådene fjernes.

## Blødning, blodansamling og hævelse

Efter operationen er det normalt at operationssårene siver lidt og at man er hævet samt blåligt misfarvet. For at mindske disse symptomer er det vigtigt, at du holder dig mest muligt i ro de første dage efter operationen.

Hvis du oplever, at et sår bløder igennem plasterstrimlerne, kan du med et rent klæde presse direkte på såret i nogle minutter, hvorefter blødningen normalt ophører.

Hævelse og misfarvning kan vare 1-3 måneder og vil normalt gradvist aftage.

## Fjernelse af sting

Hvis du er syet med tråde, der skal fjernes, informeres du inden din udskrivelse, om stingene fjernes i Capio eller ved egen læge.

Hvis du er syet med tråde, der opløser sig selv, skal disse ikke fjernes. Sidder der alligevel små rester efter 2 uger, kan du forsigtigt fjerne disse med en pincet eller nulre dem af.

Du bliver oplyst af personalet om, hvilken type af tråde, der er brugt.

## Bandage

Efter operationen skal du have en komprimerende bandage på i 6-8 uger. Bandagen er vigtig for at undgå uregelmæssigheder og væskeansamlinger i det fedtsugede område.

Inden udskrivelsen informeres du om brugen af bandagen.

## Ar

Operationen vil efterlade ar svarende til operationssnittene.

Arrene er mest synlige og rødlige i tiden efter operationen, hvorefter dette gradvist aftager.

Det er individuelt hvor pæne ar man danner. Nogen danner smalle og lyse ar, mens andre danner bredere og mere mørkpigmenterede ar.

Efter en åben operation, anbefales det at gå med en plasterstrimmel over arrene i 3 måneder efterfølgende, for at opnå så pænt et ar som muligt. Plastrerne kan sidde i 8-14 dage ad gangen. Hvis plastret forårsager rødme og kløe af huden, bør du undlade at bruge det. Arret vil som regel blive pænt alligevel. Yderligere bør arrene beskyttes mod solen i ½-1 år med tøj eller solblokker.

Hvis man får fjernet kirtelvæv, kan man i sjældne tilfælde risikere indtrækninger i brystvorteområdet.

### Hårdt væv og føleforstyrrelser

Efter operationen kan fedtvævet under huden føles lidt hårdt og knudret og være uregelmæssigt, og der kan ligeledes være føleforstyrrelser i operationsområdet. Disse eftervirkninger kan vare op til 18 måneder og er harmløse.

## Aktiviteter og daglige gøremål

- Motion og sportsaktiviteter: Kan normalt tidligst genoptages efter 6 uger
- Almindelige daglige gøremål: Kan generelt genoptages i den grad det lader sig gøre, efter ca. 3 dage
- Bad: Operationssårene og plastrerne tillader normalt, at du tager brusebad et par dage efter operationen. Vi fraråder karbad, svømmehal og havvand 14 dage efter operationen af hensyn til infektionsrisiko
- Massage **efter fedtsugning**: Hvis du har fået foretaget en fedtsugning, anbefales det at massere brystområdet, for at dette bliver mest muligt jævnt. Massagen kan startes når der ikke længere er ømhed i operationsområdet
- Sol og solarium; Så snart der ikke længere er misfarvninger i det behandlede område. Beskyt arrene 1 år efter operationen med tøj eller solblokker, for at opnå så pænt et resultat som muligt. Solarium frarådes generelt
- Bilkørsel: Du må ikke køre bil:
  - Før du kan føre en bil forsvarligt. Dvs. har sikret dig, at du f.eks. kan foretage en katastrofeopbremsning og ikke er begrænset i at reagere ansvarligt i trafikken, f.eks. pga. smerter
  - Hvis du har taget stærk smertestillende medicin (medicin med rød advarselstrekant) eller beroligende medicin

## Fravær fra arbejde

Du må forvente at være fraværende fra arbejde i 1-2 uger afhængig af operationens omfang og dit arbejdes karakter. Kirurgen informerer dig om dette til forundersøgelsen.



## Opfølgning efter udskrivelsen

Du bliver orienteret om kontrol efter operationen inden du udskrives. Oftest tilbydes du kontrol efter 3-6 måneder.

## Komplikationer

Risikoen for komplikationer efter operationen er lille og kan afhænge af bl.a. din sundhedstilstand.

Nedenfor ser du de komplikationer, der kan opstå efter den type operation du har fået foretaget. Inden du udskrives, informeres du om, hvor du kan henvende dig hvis du får mistanke om, at du har komplikationer efter operationen.

### Infektion

Risikoen for infektion efter operationen er meget lille (under 1%). Tegn på infektion vil ofte vise sig efter 5-10 dage, men kan forekomme allerede efter et døgn eller lang tid efter operationen.

Hvis kirurgen finder indikation for det, gives der antibiotika i forbindelse med operationen, for at forebygge infektion.

#### Tegn på infektion:

- Tiltagende smerter i operationsområdet
- Eventuel feber
- Rødme, hævelse og varme i operationsområdet
- Der kan komme væske fra såret

Hvis du pga. infektion sættes i behandling med antibiotika af egen læge eller vagtlæge, må du gerne informere os, da vi registrerer komplikationer efter operationer for hele tiden at øge kvaliteten af vores behandling.

### Større blødning og blodansamling

I sjældne tilfælde (under 1 %) kan der opstå en blødning efter operationen, som kan kræve et mindre kirurgisk indgreb, hvor denne stoppes. En sådan blødning, vil ofte optræde de første timer efter operationen og ses ved tiltagende hævelse og smerter.

### Føleforstyrrelser

Efter operationen kan man risikere at opleve nedsat følesans i brystvorten. Denne er oftest forbigående, men vil for under 1 % af patienterne være permanent.

### Misfarvning af huden

Efter større fedtsugninger kan der være brunlige misfarvninger i huden, der somme tider kan vare op til flere måneder.

Undertegnede er informeret om ovenstående:

Dato \_\_\_\_\_ CPR-nr. \_\_\_\_\_

Underskrift: \_\_\_\_\_

## Egne notater

Her kan du notere dine eventuelle spørgsmål til os, så du kan huske dem, når vi taler sammen igen, eller du ankommer til din operation.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Kontakt

Du er altid velkommen til at kontakte os, hvis du har spørgsmål, du ønsker svar på.

Du kan finde vores kontaktinformationer på Capios hjemmeside:

[www.capio.dk](http://www.capio.dk)

Version 2  
Dato: august 2023  
Revideres: august 2026  
Udarbejdet af DIMA  
Godkendt af MHAU