

## Buikwandcorrectie.

1. Direct na de operatie krijgt u van de kliniek een drukpak aangemeten. Dit betreft een klasse 1 drukpak. Dit betekent dat deze wat elastisch is. Dit heeft als voordeel dat het materiaal eenvoudig kan meebewegen als de zwelling direct na de operatie zal afnemen.
2. Dit pak draagt u de eerste 3 dagen constant.
3. Vanaf de derde dag na de operatie mag u dagelijks douchen. Hiervoor mag het pak even uit. Als u dit voor de eerste keer doet, ga dan (na het uittrekken van het pak), een kwartier op bed liggen. Daarna gaat u zittend douchen, bijvoorbeeld op een plastic krukje. In bad zittend douchen mag ook. Zorg dat er de eerste keer iemand bij u is, die u kan begeleiden. Het kan soms gebeuren dat bij de eerste keer u toch licht in het hoofd wordt en u kunt flauwvallen. Dit heeft te maken met het verschuiven van het vocht in uw lichaam, dat zich verplaatst van de bloedbaan naar de weefsels en omgekeerd. Na de eerste keer heeft het lichaam zich hiervan hersteld en zal dit hoogstwaarschijnlijk niet meer gebeuren.
4. Na het douchen kunt u het pak weer aandoen. Dit kost in het begin moeite, maar went al snel.
5. U start met after lipo massages 1 week na de operatie. U kunt bij uw plastisch chirurg vragen naar goede adressen. Deze behandelingen zijn diepe bindweefselmassages. Hierdoor wordt het overtollige vocht weggemasseerd en is de kans op onregelmatigheden, die onderhuids kunnen ontstaan, aanzienlijk minder. Deze behandelingen bespoedigen het herstel en geven een veel beter en mooier resultaat. Gemiddeld heeft u 10 behandelingen nodig. Deze vinden 2 x per week plaats gedurende 5 weken. De meeste massagesalons leveren klasse 2 drukpakken (meestal van het model Faja). Deze voelen veel strakker aan en dient u tot 3 maanden na de operatie te dragen. U kunt deze bij de massagesalons bestellen. De kosten voor dit tweede pak en de massages zijn niet inbegrepen in de behandelingsprijs.
6. De eerste 2 weken bent u wel patiënt. Dit houdt in dat u hulp nodig heeft bij het aan- en uittrekken van uw kleding. Zeker na het reven van de buikspieren heeft u doorgaans meer hulp nodig.
7. De eerste week loopt u wat stram rond. Blijf wel in beweging. Dit is goed voor de bloedsomloop en afdrijven van het vocht. U beweegt van de bank naar de keuken en de WC. Meer zal het niet zijn. Ook traplopen zal moeizaam gaan. Meestal is 1 keer per dag op en neer al genoeg.
8. Als u zich goed voelt, mag u na de eerste week na de operatie wel een klein stukje buiten lopen.
9. Blauwe plekken kunnen ontstaan en verdwijnen doorgaans binnen 2 weken.
10. Fietsen en autorijden gaat na 3 à 4 weken meestal weer.
11. Lichte werkzaamheden kunt u na 2 à 3 weken weer oppakken.
12. Sporten dient u 6 weken te vermijden. Ook al voelt u zich hier al toe in staat, we raden u aan dit toch niet te doen. Door sport en inspanning hoopt zich opnieuw vocht onderhuids op. Dit kan het cosmetische resultaat negatief beïnvloeden. Het zal ook 6 weken duren voordat u alles weer op uw oude niveau doet. Dit geldt met name indien uw rechte buikspieren gereefd zijn. Mocht u te vroeg starten met het trainen van de buikspieren, kan het zijn dat de hechtingen weer loslaten

en het effect van het reventeniet wordt gedaan. Al met al bent u 3 maanden verder, voordat u alles weer kunt wat u voor de operatie deed.

13. Het gevoel in de huid, waar eventueel liposuctie heeft plaatsgevonden, zal in het begin na de operatie duidelijk verminderd zijn. Dit geeft een verdoofd gevoel van de huid. Dit gevoel keert bij bijna alle patiënten weer terug. Dit kan echter wel 6-12 maanden duren. Soms nog langer. Een enkele patiënt zal hier en daar een verdoofd gevoel van de huid over kunnen houden. Dit is een risico van de operatie en nooit geheel uit te sluiten. Dit dove gevoel heeft geen invloed op de functie van de spieren die onder de verdoofde huid liggen.
14. Na de eerste controle start u met littekenbehandeling. Uw plastisch chirurg zal u hierover informeren.
15. Roken dient u 3 weken voor tot 3 weken na de operatie te staken.