

Vekt før operasjon:

Lengde	Idealvekt	Max.vekt
150	50	57
155	53	62
160	56	67
165	60	72
170	64	77
175	67	82
180	71	87
185	75	92
190	79	97

Bukplastikk kan utføres for å redusere overskudd av vev på buken som kan oppstå etter kraftig vektnedgang eller etter graviditet. Forutsetning for å bli operert er at hengebukken danner en hudfold som går nedenfor skambeinet og gir betydelig fysisk besvær, sårdannelse eller infeksjon. Operasjonsarr i området kan øke indikasjonen for kirurgi. Det er en forutsetning at du er normalvektig med max BMI på 27(over 50 år BMI 28). Faren for komplikasjoner er større ved høy vekt. Dette gjelder tilheling av operasjonsårene, blodpropp og infeksjon.

RØYKING: Før operasjon skal man ha vært **røykfri** i minst seks uker. Dette fordi røyking reduserer blodsirkulasjonen til alt vev og gir stor risiko for

komplikasjoner.

BLODFORTYNNENDE MEDISINER: (Marevan/Albyl-E/Plavix) må man slutte med på forhånd. Si fra om du bruker dette.

KOMPRESJONSPLAGG: Du må kjøpe et kompresjonsplagg/korsett/body som strammer fra hoftene opp til ribbena. Dette er bandasjen din etter operasjon, og du må ha med plagget operasjonsdagen. Bandasjist-butikker er hjelpelige med å skaffe riktig type plagg. Dette skal brukes dag og natt i 4 uker etter operasjon, og på dagtid ytterligere to uker.

OPPMØTE: Du vil bli innkalt til preoperativ poliklinikk noen uker før operasjonen. Da får du møte både kirurg og anestesi lege. Du skal møte på avdelingen samme dag som du skal opereres, evt. kvelden før til avtalt tidspunkt. Det er viktig at du har dusjet og har på rene klær før operasjonen. Du skal faste (ingen spising, drikking, røyking, tygg av tyggegummi eller bruk av snus) i minst 8 timer før operasjonen. Dagen før eller på morgenen før operasjon snakker du med kirurgen og det blir gjort en endelig planlegging med tegning på kroppen.



OPERASJONEN skjer i narkose. Noen trenger kun å fjerne selve hudfolden (liten plastikk), mens man hos andre må løsne hele huden på magen ved å løsne på navlen, løsne huden helt opp mot ribbena, trekke ned hele huden og så sy navlen på plass igjen (full plastikk).

Formen på navlen blir da endret. Hos noen er det

nødvendig å sy sammen magemuskulaturen i midtlinjen dersom denne er svekket. Arret kommer nederst på buken og kan skjules av undertøyet. Det plasseres ofte dren i sårhulen som fjernes 1-3 døgn etter operasjon, avhengig av mengde sårveske.. Du kan dra hjem med dren. Lengden på sykemelding avhenger av arbeidsform. Ved kontorarbeid er det vanlig med 2 uker, ved tyngre arbeid er det vanlig med 3 til 4 uker. Tunge løft bør unngås i ca. 4 uker. Trening (løping, hopping) kan gjenopptas 6 uker etter operasjon.

KOMPLIKASJONER: De vanligste komplikasjoner i løpet av de første par dagene etter operasjon er blødning og infeksjon. Det er ikke uvanlig med betennelsesreaksjon på sting som ligger under huden. Dette kan gi punktvis lokale betennelsesreaksjoner. Noen ganger må stinget fjernes, andre ganger går det over av seg selv. Blodforsyningen til deler av hud eller fettvev kan bli redusert etter operasjonen. Dette kan gi større sår som vanligvis gror med tiden til hjelp.