

Liebe Patientin,

was könnten Sie tun, um langfristig eine möglichst unauffällige Narbe zu erhalten:

Was ist nach der Entlassung aus der Klinik zu beachten?

- Belassen Sie den Wundverband/Pflaster bis zum ersten Nachsorgetermin bei ihrem Operateur in der Praxis MIC.MA.MAINZ
- Im Rahmen der postoperativen Kontrolle im MIC.MA.MAINZ erhalten sie ein Rezept für Leukopor®-Pflaster (Breite 2,5 cm, weiß), ein spezielles Pflaster, mit dem sie für 1-3 Wochen täglich die Wunde versorgen (Genauere Hinweise siehe unten)
- Nach Hinweis durch ihren Operateur dürfen sie 24 h nach Entfernung der letzten Drainage duschen
- Tragen Sie nur einen „gut sitzenden“ Büstenhalter oder Kompressions-BH 2-3 Wochen nach einer brusterhaltenden Operation, sechs Wochen lang nach einer plastischen Operation an der Brust (z.B. Verkleinerungsoperation der Brüste), und zwar Tag und Nacht. Oder nach individueller Absprache mit uns.
- Sollten Sie eine Narbensalbe verwenden wollen, dann beginnen Sie damit 3-4 Wochen nach der Operation. Sollte allerdings eine Strahlentherapie direkt im Anschluss an Ihre Operation erfolgen, so wird die Haut- und Narbenpflege durch den Strahlentherapeuten festgelegt.

Minimal invasive Chirurgie
Senologie Onkologie

Dr. med. Rüdiger Söder
Priv. Doz. Dr. med. habil. Daniel Böhm
Dr. med. Silvio Söder
Dr. med. Hans Georg Lenhard

Rheinstraße 4N
55116 Mainz

Tel.: 06131 69 336-0
Fax: 06131 69 336-25
info@micma-mainz.de
micma-mainz.de

Operationsstandort für ambulante
und stationäre Operationen

 RHEINCLINIC

Vermeiden Sie Zugkräfte an der Narbe!

- Kleben Sie hautfreundliche Papierpflaster wie z.B. Leukopor®-Pflaster (Breite 2,5 cm, weiß) auf die Narbe.
- Tun Sie das natürlich NICHT, wenn Sie auf Pflaster allergisch reagieren oder unter Wundheilungsstörungen leiden, dann nur die Kompressen auflegen.
- Das Pflaster wechseln Sie nach dem täglichen Duschen mit klarem Wasser, wenn überhaupt: benutzen Sie nur pH-neutrales Duschgel.

Druckmassage durch Narbengymnastik

- Nach drei Wochen sollte die Narbe möglichst zwei- bis dreimal täglich durch kräftigen Druck und kreisende Bewegungen flach massiert werden.
- Sie können das mit Narbensalben (z.B. Contractubex Salbe oder Pflaster) unterstützen.
- Nach der Operation durchläuft jede Narbe eine Phase der vermehrten Durchblutung (durch Einwachsen von Gefäßen). In dieser Phase ist die Druckmassage besonders wichtig und sollte bis zum Blass werden der Narbe bis zu einem Jahr fortgeführt werden.

Schutz vor UV-Licht

- Sonnenbaden und Solarium können frische, junge Narben bleibend dunkel pigmentieren bzw. verfärben. Deshalb müssen frische Narben IMMER unbedingt abgedeckt werden.
- UV-Licht ist verboten, solange die Narben noch gerötet sind, das kann bis zu einem Jahr dauern.

Eventuelle Hilfen bei „Problem“-Narben

- Es gibt viele Ursachen, die zu unschönen Narben beitragen können: z.B. eine besondere Veranlagung wie dunkle Haut, Alter, bestimmte Medikamente, Entzündungen im Wundbereich...
- Manchmal kann das Auflegen von **Silikonplatten** hilfreich sein, die der individuellen Narbe angepasst sind.
- Die Wirksamkeit dieser Maßnahme ist jedoch noch nicht durch große Studien abgesichert und deshalb noch als fraglich eingestuft. Dies gilt auch für die Wirksamkeit von z.B. „**Laserbehandlung, Interferone, Narbensalbe**“ und ähnlichen Therapieansätzen.
- Sollten Sie sich dennoch dazu entschließen, Silikonplatten aufzulegen und Sie die Narbe NICHT mit Pflaster abkleben, beginnen Sie damit erst drei Wochen nach der OP.
- Sollten Sie die Narbe jedoch abkleben, dürfen Sie erst nach sechs bis zwölf Wochen Silikonplatten benutzen.