



Plastische Chirurgie • Dr. Heitland

Schönheit im Zentrum

Narbenpflege nach OP

Liebe Patientin,

Bei Ihnen wurde vor kurzem eine ästhetische Behandlung oder eine Operation durchgeführt.

Bitte nehmen Sie sich etwas Zeit und lesen Sie folgende postoperative Empfehlungen durch, damit Sie einen schnellen Heilungsverlauf und eine schöne Narbenbildung erhalten.

- Prinzipiell sind Narben 12 bis 18 Monate aktiv, d.h. so lange können Sie Ihre Narbenbildung verbessern und sollten folgende Empfehlungen beachten:
- Eine Narbe wird in der aktiven Phase rötlich bis lila und kann an Breite und Höhe zunehmen und bei richtiger Pflege wieder abnehmen und möglichst unauffällig werden.
- Bevor Sie mit der Narbenbehandlung anfangen sollten Sie bitte warten bis die Wunde komplett abgeheilt ist, d.h. es soll kein Schorf mehr auf der Wunde aufliegen und keine Wundöffnung mehr zu sehen sein.
- Bis zum Abschluss der Wundheilung dürfen Sie pflegende Panthenol-Cremen oder ggfs. eine antibiotikahaltige Salbe verwenden, meist reicht eine trockene Wundbehandlung mit regelmäßigen Verbandswechseln aus.
- Verwenden Sie anschließend zur Narbenpflege einmalig morgens eine Silikonhaltige Narbencreme und massieren Sie diese leicht ein.
- Narben Massage ist eine wichtige Möglichkeit, um die Narben von der Tiefe zu lösen. Eine schöne Narbe sollte frei beweglich und nicht in der Tiefe fest angewachsen sein.
- Bringen Sie abends bevor Sie schlafen gehen wiederverwendbare Silikonauflagen auf. Diese halten von alleine oder können mit einem Klebeband befestigt werden und werden direkt auf die Narbe aufgebracht.
- In der Frühe entfernen Sie die Silikonpads und waschen diese mit Wasser und Seife und legen sie im Bad zum Trocknen hin. Die Silikonpads können dann abends wiederverwendet werden.
- Dann beginnen Sie wieder mit der Narbencreme und der Narbenmassage und wiederholen diesen Vorgang möglichst jeden Tag.
- Vermeiden Sie eine starke Sonnenbestrahlung nur der Narbe an der Brust für die nächsten 6-12 Monate, damit die Narben unauffällig abheilen können. Die restliche Brust darf gebräunt werden.
- Tragen Sie einen echten Sonnenblocker mit SF 50 auf die Narben für die nächsten 6 Monate auf.

Wir wünschen Ihnen viel Freude mit Ihrem Ergebnis und wünschen Ihnen unauffällige Narben und ein schönes Ergebnis.

Mit freundlichen Grüßen

Ihre Praxis Dr. Heitland – Schönheit im Zentrum