

女性化乳房手術後の注意事項

— 姿勢

1. 手術後1週間程度は、横になる際に手術部位が心臓より高い位置になるようにしてください。
2. 手術後3か月までは仰向けで寝ることをおすすめし、横向きで寝ることは6か月間お控えください。

— お食事

手術後は運動と食事管理を並行して行ってください。高カロリーの食事はお控えください。

— 腫れ

1. 吸引した部位が多いほど腫れが大きくなることもあり、あざが1~3週間続く場合があります。腫れは3~4週間ほどで70~80%程度引きます。
2. 手術後1か月目に大きな腫れが引き、残りの腫れは2~3か月かけてゆっくり引きます。客観的な効果を確認するには手術後3か月ほど必要です。

— 傷口ケア

手術後1~2日間は施術部位から薄い血液混じりの浸出液が出る場合があります。出血ではありませんので過度に心配なさらなくて結構です。

— 圧迫着またはバンドの着用

1. 腫れを抑える目的で、手術後にご案内した日から圧迫着を着用してください。
2. 最低4週間の着用が必要であり、2~3か月以上の着用をおすすめします。着用期間には個人差があります。

— シャワー

1. シャワーや入浴は手術後1週間から可能です。
2. チムジルバン、サウナは少なくとも手術後1か月間は禁止です。



AB美容外科

AB PLASTIC SURGERY

女性化乳房手術後の注意事項

— 運動

1. 1か月間は胸筋を主に使う上半身の運動はお控えください。
2. 2週間後からは、体に負担のかからない程度の軽い散歩が可能です。

— 運転・仕事復帰

1. 急な動きにより出血を引き起こす可能性があるため、運転はできるだけ1週間ほどお控えください。
2. デスクワークなどの日常業務は手術後3~4日目から可能ですが、力仕事を伴う職業の場合は2週間程度の回復期間を設けることをおすすめします。
3. 身体を多く動かすことで血腫や漿液腫が生じる可能性があるため、医療スタッフの指示に従ってください。

— 服薬

1. 退院時に処方された薬は決められた時間に規則正しく服用してください。服用後に下痢、じんましんなどの症状が現れた場合は服用を中止し、病院へご連絡ください。
2. 処方薬には鎮痛剤が含まれていますが、服用後も痛みが強い場合はタイレノールを追加で服用できます。
3. 手術後1か月間は、総合ビタミン(特にビタミンE)やサプリメントは出血の原因となる可能性があるためお控えください。アスピリンも特別な必要がない限り1週間は避けることをおすすめします。
4. むくみ取り薬は出血の原因となる可能性があるため、服用はおすすめしません。

— 飲酒と喫煙

飲酒および喫煙は出血、傷の治癒・感染に悪影響を及ぼすため、手術後1か月間禁止です。

— 経過

1. 痛みには個人差がありますが、多くの患者様では通常程度の痛みです。広範囲の脂肪吸引を行った場合は痛みがやや強くなることがあります。
2. かゆみは回復過程における正常な反応です。患部を掻いたり刺激したりせず、必要に応じてアイスパックをご使用ください。



女性化乳房手術後の注意事項

3. 胸の圧迫感、感覚の低下、ピリピリした感覚、動作時の痛みなどが生じることがあります。これらは正常な経過の一部であり、多くは一時的な症状です。通常は3~6か月かけて徐々に改善し、遅くとも1年ほどで自然に回復します。

— 緊急時

手術後1~2日以内に呼吸が苦しい、または強いめまいがある場合は、直ちに担当スタッフへご連絡いただくか、業務終了(午後7時)以降に連絡がつかない場合は緊急番号(+82-10-2833-1298)にご連絡の上ご来院ください。



AB美容外科

AB PLASTIC SURGERY