Mavekirurgi

Om maveplastik
Vi skelner mellem mini- og stor maveplastik (maveopstraming, abdominal plastik).

Ved en mini maveplastik opstrammes huden kun på den nedre del af maven efterladende et ar i trussekanten. Den typiske kandidat til en mini maveplastik har derfor primært løs hud på maven under navleniveau. Slapt maveskind under navleniveau kan forekomme sammen med et grimt ar efter kejsersnit eller en gynækologisk operation. I disse tilfælde kan mini maveplastik ofte løse problemet eventuelt i kombination med en fedtsugning.
En mini maveplastik er langt mindre end den store mave plastik. Du kommer dig hurtigere og den kan evt. foretages i lokal bedøvelse.

Ved en stor en mave plastik foretages opstramning af huden på såvel den øvre som den nedre del af maven. Du vil få ar i trussekanten samt omkring navlen. Denne operation anbefales til personer med løs hud på maven både over og under navleniveau. Mave plastik kan kombineres med opstramning af bugmuskulaturen (rectus plastik), som foretages, når der er en svaghed (mellemrum, rectus diastase) i midten af maven mellem de lige mavemuskler. Et sådan mellemrum ses ofte efter graviditet eller vægttab.
Den store mave plastik kan yderligere udvides med et lodret snit i mavens midtlinje (fleur de lis): Ved denne operation strammes huden yderligere, men selvfølgelig med ekstra lodret ar. Snittet ved den store mave plastik kan føres ud over siden af maven og om på ryggen (belt lipektomi). Hermed strammes huden hele vejen rundt, og ballerne kan løftes. Denne operation anbefaler vi kun ved markant vægttab og løshed af hud. Mave plastik kan foretages som det eneste indgreb, men kan også kombineres fedtsugning. Hermed kan mavens kontur bedres i forhold til hvis maven blot blev opstrammet kirurgisk. Desuden kan maveoperation kombineres med kosmetisk bryst operation og fedtsugning, dvs en mommy makeover (MMO). Læs om fedtsugning og brystkirurgi på vores hjemmeside.
En lille mave opstraming i både lokal eller fuld bedøvelse foretages ambulant, dvs du kommer hjem efter operationen.
Ved en stor maveplastik vælger vi ofte at indlægge dig til næste morgen.
Opstraming af hud på maven har ikke kun et kosmetisk formål. Mange af vores patienter har et problem med at have f ex bukser på, ligesom fugtgener, hudirritation, lugt og svamp kan være et betydeligt problem. Ved stort mellemrum mellem de lige mavemuskler vil en sammensyning hos nogle give øget styrke i maven og nogle oplever bedring af evt lændesmerter.

Mavekirurgi

Maveopstramning kan have et omfang, så det kan give mening at blive henvist til vurdering i det offentlige sundhedssystem. Det vil blive vurderet under forundersøgelsen, om det gælder dig. Bemærk, at der er krav til din vægt for at kunne blive behandlet indenfor det offentlige.

Hvem opererer vi ikke?
Hvis du har BMI over 30, ryger og ikke kan holde pause i 2 uger før og 4 uger efter operationen eller har sygdom såsom dårligt reguleret diabetes I og II. For yderligere information send forespørgsel til klinikken.

Hvilken bedøvelse kræver operationen?
En lille mave plastik kan afhængigt af omfang og din psyke foregå i både lokalbedøvelse og fuld bedøvelse.
Stor mave opstramning foregår altid i fuld bedøvelse. I forbindelse med fuld bedøvelse, skal du følge klinikkens fasteregler. Læs mere om fuld bedøvelse på vores hjemmeside. Du modtager information om fastereglerne op til operationen, hvor du får en e-mail med alle nødvendige oplysninger.

Blodpropper
Som på offentligt sygehus vil vi vurdere individuelt, om der skal gives forebyggelse mht. dannelse af blodpropper i benene. Husk at gøre opmærksom på, hvis du tidligere har dannet blodpropper, eller der i din familie er tendens til det. Under alle omstændigheder er det godt mht. at undgå blodpropper, at du hurtigt kommer ud af sengen og bevæger dig.

Forundersøgelse
Læs information om din ønskede operation inden forundersøgelsen. Det kan være en fordel at medbringe en pårørende og skriv gerne dine tanker og spørgsmål ned, så du kan få svar under forundersøgelsen. Der er sat god tid af til forundersøgelsen, men det sker ofte, at du har yderligere spørgsmål efter du er kommet hjem. En ekstra forundersøgelse er altid gratis i vores klinik, ligesom vi svarer på e-mails og kan ringe dig op. Ved forundersøgelsen vil du få en god dialog med kirurgen. Det er vigtigt, at du har gjort dig klart, hvad du ønsker og evt har medbragt et foto, måske fra internettet, hvor du kan vise dit drømmeresultat. Vores kirurg kan ligeledes ofte vise foto af et forventeligt resultat, og det er meget vigtigt, at I begge er ærlige og får forventnings afstemt. Intet piner os mere, end hvis vi ikke fanger dine ønsker. Efter forundersøgelsen er der en betænkningstid på 1 uge før operationen kan finde sted.

Mavekirurgi

Før operationen
Om morgenen før operationen tager du et brusebad. Du skal ikke møde på klinikken i meget god tid, men på det aftalte mødetidspunkt. Du bedes klæde dig i løst tøj, gerne joggingbukser og bluse med lynlås/knapper som er let at tage af og på. Visse former for medicin, naturmedicin og kosttilskud kan øge risikoen for blødning. Du har talt med kirurgen om evt. forbrug af dette, og skal stoppe som aftalt op til operationen. Du skal være stoppet med evt. rygning minimum 4 uger inden operationen. Du må gerne tygge nikotin tyggegummi og andre nikotin produkter. På samme måde skal dit alkoholforbrug være indenfor det anbefalede.

Operationsdagen
Du møder op i klinikken som forklaret i din informationsmail. Der vil blive taget fotos af dig til din journal, og du vil evt. blive spurgt om samtykke til, at disse fotos anvendes til fremvisning. Det er til stor hjælp for vores andre patienter.

Følgende gælder, hvis du skal i fuld bedøvelse:
Du skal være fastende og du skal følge vores retningslinjer, som findes på hjemmesiden og bliver sendt i din informationsmail. Du er velkommen til at medbringe en pårørende, idet du vil få en samtale med narkoselægen og plastikkirurgen før operationen. Herefter aftales det med den pårørende, hvornår du kan afhentes, medmindre du indlægges. Der er IKKE mulighed for, at den pårørende venter i vores klinik under din operation.
Vores narkoseteam vil herefter lægge dig til at sove. Operationen tager typisk 2-3 timer. Efter du er vågnet, transporteres du i din seng til opvågningsafsnittet. Umiddelbart efter operationen har du typisk ikke mange smerter idet vi giver lokalbedøvelse og evt blokader inden operationens afslutning. Der vil blive anlagt en bandage i form af enten et mavebælte eller tights.

Hvis du opereres ambulant, ringer du til din pårørende, som afhenter dig, når du er godt smertedækket og har fået lidt at spise.
Hvis du skal blive natten over, er det muligt, at du får besøg af en pårørende om aftenen.

Hvis du skal opereres i lokalbedøvelse, må du tage et let måltid nogle timer før operationen. Du vil kunne tage hjem kort efter operationen. Du vil få kirurgens private telefonnummer, som kan kontaktes i forbindelse med akutte spørgsmål.

Mavekirurgi

Efter operationen
Du må tage brusebad efter 2 døgn. Karbad, hav bad etc. efter 3 uger, hvis sårene er helede. Du skal anvende englehud over arrene i 3 mdr. og afholde dig fra at få sol på arrene i 12 mdr. Du skal ses i klinikken til kontrol efter ca. 10-12 dage, hvor vi tjekker ar og heling.
Der skal fjernes tråde omkring navlen, hvis du har fået en stor mave plastik.

Ved lille mave plastik: Efter ca. 3 uger kan du genoptage dine vanlige fysiske aktiviteter. Du må køre bil igen, når du kan reagere normalt i enhver situation, og når du ikke tager stærke smertestillende typisk efter 3-4 dage.

Ved stor mave plastik: Du må ikke løfte over 5 kilo i 6 uger, dog først efter 10 uger hvis du har fået foretaget sammensyning af muskulatur. Du må køre bil igen, når du kan reagere normalt i enhver situation, og når du ikke tager stærke smertestillende typisk efter 3-7 dage. Du skal selv kontakte klinikken mhp. afsluttende kontrol 4-6 mdr. efter operationen.

Naturlige følgevirkninger og komplikationer
Det er forskelligt, hvordan vores kroppe reagerer på indgreb som dette. Nogle hæver meget og bliver blå og gule og får en del smerter. Andre slipper med få mærker og let hævelse og lette smerter. Det er helt normalt og forventeligt. Du får små synlige ar, som det første år ofte vil være røde. De bliver over tid mere blege og mindre synlige. Du kan finde mang råd på internettet angående pleje af ar så som laser etc. Vores råd er at være tilbageholdende mht sol samt anvende englehud i 3 mdr.

Mavekirurgi

Mulige komplikationer:

- Dyb infektion er meget sjælden <1%
- Hæmatom, er en blodansamling under huden, som eventuelt skal fjernes af kirurgen, opstår sjældent <1%. Risikoen er højere ved stor maveplastik, derfor anbefaler vi oftest, at du overnatter på klinikken.
- Lettere nedsat/forøget følesans op til 6 uger er almindeligt, nedsat følesans kan være permanent
- Alvorlige komplikationer såsom blodpropper og huddød er ekstremt sjældne
- Serom, serøs væske ophobning, behandles i nogle tilfælde ved at suge det ud i lokal bedøvelse>5%
- Dårlig sår heling som nødvendiggør efterfølgende sårbehandling >5%
- Uskønne, bredde eller tykke ar >5%

Ved akut behov for hjælp udenfor åbningstiden kontakter du din kirurg, hvis telefonnummer udleveres i forbindelse med operationen. Hvis ikke der skabes kontakt til klinik eller din kirurg, kan det blive nødvendigt at kontakte egen læge eller vagtlæge.

Ved tegn på komplikationer eller ved spørgsmål kontaktes klinikken på tlf . 23 34 11 72

By Malling og Jensen har lovbefalet Patientforsikring som altid er inkluderet i prisen.

Version 2.0 revideret udgave november 2026 ved
Thomas Bo Jensen, Speciallæge i plastikkirurgi og Ph.d

by Malling & Jensen

Aarhus - Havnegade 4, 2 sal, 8000. tlf. 23 34 11 72. Mail: aarhus@bymallingjensen.dk

Randers - Vestergade 7b, 1 sal, 8900. tlf. 29 37 11 72. Mail: randers@bymallingjensen.dk

Aalborg - Østerågade 27, 2 sal 2a, 9000. tlf. 22 66 11 72. Mail: aalborg@bymallingjensen.dk

Horsens - Nørregade 1, 8700. tlf. 20 85 40 97. Mail: horsens@bymallingjensen.dk

Plastikkirurgi Aarhus - Park allé 3, 1 sal, 8000. tlf. 61 27 78 93. Mail: kirurgi@bymallingjensen.dk