



Nymphenburger Praxis für
Plastische & Ästhetische Chirurgie
Dr. med. Felix Graf von Spiegel & Kollegen
Fachärzte für Plastische und Ästhetische Chirurgie

Allgemeine Ratschläge zum Verhalten vor und nach einem Facelift

Sehr verehrte Patientin, sehr geehrter Patient!

Sie haben sich einem Facelift unterzogen oder möchten dies tun. Doch was sollten Sie vor der Operation beachten und was geschieht danach?

Zum Erreichen des bestmöglichen Ergebnisses in Ihrem und unserem Sinne haben wir die wichtigsten Punkte in diesem Merkblatt zusammengefasst. Sollten darüber hinaus weitere Fragen bestehen, zögern Sie bitte nicht, sich jederzeit an uns zu wenden.

In den ersten Tagen nach dem Eingriff kann ein Wundschmerz und ein deutliches Spannungsgefühl auftreten. Dies ist völlig normal! Das Schmerzgefühl ist ein sehr individuelles, somit kann die Frage nach postoperativen Schmerzen nicht pauschal beantwortet werden, da ein jeder Schmerzen unterschiedlich empfindet und auch anders damit umgeht. Anfangs sollten Sie Schmerzen mit den Ihnen von uns verschriebenen Medikamenten therapieren. Das unten angefügte Schema zur Medikation wird Ihnen hierbei weiterhelfen. Kühlen kann in der ersten Zeit ebenfalls Schmerzen lindern.

Während der ersten 24 Stunden nach der Operation sollten Sie:

- Den Kopf möglichst hoch lagern und sich nicht kopfüber beugen. Bewegen Sie Ihren Kopf nicht zu viel hin und her.
- Gönnen Sie sich viel Ruhe! Statt Lesen oder Fernsehen kann ein Hörspiel oder ein Podcast für Ablenkung sorgen!
- Kühlen Sie so oft es angenehm ist.

In den ersten Tagen nach der Operation werden Sie ein Spannungsgefühl im Gesicht und Hals verspüren. Dies ist durch die Straffung und die normale Schwellung bedingt. Sie sollten es vermeiden den Kopf zu viel zu bewegen. Statt Ihren Kopf zu drehen, ist es besser den ganzen Oberkörper wenden. Bitte schlafen Sie die ersten Tage auf dem Rücken mit erhöhtem Oberkörper, dies kann ein zu starkes Anschwellen verhindern und Abschwollen fördern. Blutergüsse und Schwellungen vergehen in der Regel innerhalb der ersten 6 Wochen. Kühlen kann dies beschleunigen. Bitte beachten Sie, dass sich das endgültige Ergebnis erst einige Wochen bis Monate nach der Operation einstellt, wenn die anfängliche Schwellung und die Hämatome zurückgegangen sind. Auch muss die individuelle Wundheilung abgewartet werden! Lymphdrainage ab dem 3-4 postoperativen Tag fördert das Abschwollen. Es ist sinnvoll sich schon frühzeitig um Termine zu bemühen, da physiotherapeutische Praxen erfahrungsgemäß gut ausgebucht sind.

In der Regel werden die eingelegten Drainagen am ersten bis zweiten postoperativen Tag entfernt. Danach können Sie duschen und die Haare vorsichtig waschen. Baden ist normalerweise nach drei Wochen wieder erlaubt. In die Sauna dürfen Sie wieder nach 6 Wochen. Bitte verwenden Sie in den ersten Tagen nach der Operation kein Make-up. Schminken dürfen Sie sich wieder nach einer Woche.

Praxis

Böcklinstraße 1, 80638 München, Tel: 089-159 189-0, www.muenchenplastischechirurgie.de, mail@muenchenplastischechirurgie.de

Kooperationspartner Brustzentrum

Klinikum Dritter Orden, Menzinger Straße 44, 80638 München, Tel: 089-1795-0



Ohne körperliche Anstrengung können Sie bereits wenige Tage nach dem Eingriff wieder Ihre normalen Alltagsaktivitäten verrichten. Sport oder schwere körperliche Arbeit ist jedoch frühestens ab der 6. Woche nach der Operation wieder erlaubt. Es sollte Ihnen möglich sein sich die ersten zwei Wochen sozial etwas zurückzuziehen. Es ist bestimmt sinnvoll Ihre Operation mit einem gebührenden Abstand von mindestens 6 Wochen zu größeren gesellschaftlichen zu planen.

Eine Entfernung des Fadenmaterials ist nicht nötig, da wir resorbierbares Fadenmaterial verwenden. Allerdings werden die Fadenenden nach einer Woche abgeschnitten.

Die Narben sind anfangs etwas gerötet und verhärtet. Dieser Zustand normalisiert sich im Verlauf. Hier können Sie gerne ab der 3. Woche mit Narbenmassagen beginnen. UV-Bestrahlung im direkten Bereich der Narben sollten Sie mindestens für 6 Monate, besser ein Jahr vermeiden, da diese sonst irreversibel hyperpigmentieren können. Also im Vergleich zur Umgebung zu dunkel werden.

Zur Schmerztherapie:

Metamizol 500 mg (schmerzstillend) für 3 Tage einzunehmen	1-0-1
Ibuprofen 600 mg (schmerzstillen, entzündungshemmend, abschwellend) bei Bedarf	Max. 3 x täglich
Pantopranzol 40 mg (Magenschutz) für 3 Tage einzunehmen	1-0-0

Bitte beachten Sie:

- Mindestens 2 Woche vor einem geplanten Eingriff kein ASPIRIN bzw. gerinnungshemmende Medikamente einnehmen (Blutungsgefahr)!!!
- Eine Reihe weiterer Medikamente, aber auch Nahrungsergänzungsmittel können einen Einfluss auf die Blutgerinnung haben und Nachblutungen befördern. Diese sollten ebenfalls 2 Wochen vor OP pausiert werden.
- Nikotinkonsum 6 Wochen vor OP pausieren bzw. auf ein Minimum beschränken (Wundheilungsstörungen)!!!
- Informieren Sie uns über regelmäßige Medikamenteneinnahmen, bekannte Allergien und Unverträglichkeiten!!!
- In den Tagen vor der OP sollten keine kosmetischen Behandlungen im Gesicht erfolgen.
- Am Tag der OP sollte das Gesicht mit einem milden Reinigungsprodukt gewaschen und danach nicht eingecremt oder geschminkt werden.

Bei Fragen oder wenn Sie beunruhigt sind, zögern Sie nicht uns anzurufen. Die Telefonnummer unserer Praxis lautet 089-159 189-0.

Falls Sie in der Praxis niemanden erreichen, rufen Sie bitte im Klinikum Dritter Orden unter der Nummer 089-1795-0 an. Von dort aus werden wir sofort für Sie kontaktiert.



Nymphenburger Praxis für
Plastische & Ästhetische Chirurgie

Bei ungewöhnlichen Blutungen, Schwellungen, Schmerzen, Fieber (über 38°) informieren Sie uns bitte unverzüglich.

Wir wünschen Ihnen einen unkomplizierten Heilungsverlauf!

Ihr Praxis-Team Dr. med. Felix Graf von Spiegel & Kollegen