

Plastikkirurgi handlar inte bara om det yttre, det handlar framför allt om välbefinnande och livskvalitet.

**P**lastikguidens läkare i Linköping är specialister i plastikkirurgi med mer än 20 års erfarenhet. Utöver att operera så driver Plastikguidens läkare också en stor frågebänk om olika ingrepp och infowebb om plastikkirurgi. Syftet är att både blivande patienter och andra som vill informera sig om estetisk kirurgi kan ta del av detta kostnadsfritt. Det finns över 200 frågor och svar i frågebänkens avdelning med "Vanliga frågor", säger överläkare Johan Thorfinn som tillsammans med sin kollega Hans Vintertun driver Plastikguiden.

– Det är en myt att plastikkirurgi enbart är för yngre kvinnor och män, säger Johan. Plastikkirurgi för personer över 45 år innebär ofta att göra bröstförminskning, minska överskottsvävnad på magen, eller ansiktsskirurgi såsom ögonlocksplastik eller ansiktslyftning. Ingreppen görs i narkos och man återvänder vanligen hem samma dag.

– Om man inte har allvarliga sjukdomar i hjärta eller lungor eller tar mediciner som försämrar sårhäkning alternativt blodförtunnande läkemedel så är det vanligen inget hinder att sövas och opereras. Vissa lindriga sjukdomar såsom välreglerat högt blodtryck, astma eller diabetes är inget hinder. Vi har patienter som kommer till oss från hela Sverige, säger Hans Vintertun.

#### Hur gör man om man vill bli opererad?

– Vi börjar alltid med ett mottagningsbesök, inleder Johan som är specialist i plastikkirurgi. Då går vi igenom vilka individuella förutsättningar patienten har, och diskuterar vilka förväntningar man har.

– Det är vårt jobb att berätta för patienten vad det finns för möjligheter men också begränsningar, fortsätter specialisten Hans Vintertun. Detta för att patienten sedan kan bestämma om han eller hon vill genomgå ingreppet eller inte.

Det är en modern klinik med flera operationssalar och handplockad personal -Johan Thorfinn

*Plastikkirurgi  
inte bara en  
utseendefråga*





### Var har ni er klinik?

– Vi genomför alla våra operationer på Plastikakademien i Linköping, säger Hans.

– Det är en modern klinik med flera operationsalar och handplockad personal, allt för att man ska känna sig väl omhändertagen och få en säker vård, påpekar Johan.

### Måste man vara sjukskriven efter en operation?

– Man måste vila efter ett ingrepp, upplyser Hans. Det betyder ofta att man behöver vara sjukskriven minst 1–2 veckor och ibland lite längre. Johan nickar bifallande och fortsätter.

– Längden på sjukskrivningen beror på hur ansträngande arbete som man har. Om man har ett lätt kontorsjobb som man kanske kan utföra delvis hemifrån, ja då behöver man inte vara borta från jobbet så länge. Men om man har ett kraftigt fysiskt ansträngande jobb krävs det ofta lite längre tid av vila. Vi skriver ett vanligt sjukintyg till Försäkringskassan, och det gäller på samma sätt som alla andra sjukintyg. Man har rätt till sjukpenning även om man har betalat för sin operation själv.

### Vilka patienter skulle ni säga är mest lämpade för en bukplastik?

– Alla som har gått ner kraftigt i vikt och har överskottshud på magen har nytta av bukplastik. Det kan vara

efter en viktminskningsoperation eller viktnedgång av andra anledningar, säger Hans. Även om det är vanligare att kvinnor söker denna typ av kirurgi så har män lika mycket att vinna på operationen.

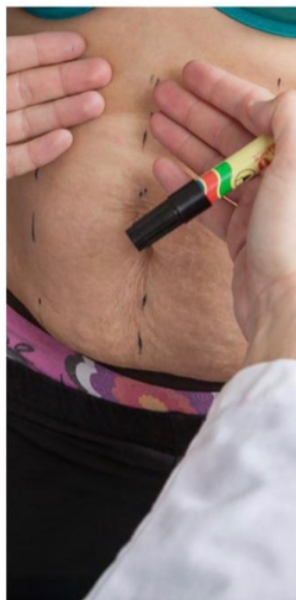
### Finns det andra grupper som ni gör bukplastik på?

– Ja, en annan mycket vanlig patientgrupp är kvinnor som varit gravida. I dessa fall så är det dessutom vanligt att bukmusklerna på magen glipar. Detta kallas rektusdiastas på läkarspråk. Samtidigt som man gör en stor bukplastik så kan man många gånger sy ihop musklerna för att återställa anatomin, svarar Johan.

### Vad är den största vinsten för kvinnor som förminskar bröstet?

– Många som kommer för att diskutera operation har värk från nacke och axlar på grund av att bysten är tung, säger Hans. Det kan även vara så att man har problem med BH-band som skär in i axlarna.

– En bröstförminskning är en livskvalitetsoperation, fyller Johan i. Patienterna upplever ofta en stor förbättring i och med att volymen på bröstet minskar och bröstet "kommer upp" lite högre på bröstkorgsväggen. Det gör att man kan röra sig mer obehindrat, kanske ta upp



träningen igen och inte upplever samma tyngdkänsla.

### Är det några patienter som ni avråder från att genomgå operation?

– Patienter som av någon anledning har allvarliga problem med hälsan, till exempel haft hjärtinfarkt, bör man inte operera, säger Johan. Patienter som använder läkemedel som kan hämma sår läkningen utgör också en riskgrupp, fortsätter Hans. Det är också viktigt att patienten har realistiska förväntningar på vad man kan förvänta sig av slutresultatet.



### Kan man inte få sin operation utförd på sjukhuset i stället för på en privat klinik?

– Sjukhusen har ofta mycket långa väntetider och tar dessutom inte emot patienter som inte har extremt uttalade besvär, inleder Johan. Många vänder sig därför till oss för att kunna välja sin kirurg och ha kortare vän-

tetider, eller helt enkelt för att de inte accepteras för en remiss till sjukhuset.

– Men bara för att man inte uppfyller sjukhusens ofta ganska hårt ställda krav för att få sin operation utförd så kan man ha stora problem ändå som blir bättre av ett ingrepp.

– Men man måste göra det på en privat klinik i stället för annars blir man aldrig opererad, fortsätter Hans.

### Vad har ni att säga till dem som funderar på en operation men kanske inte riktigt vågar?

– Det är naturligt att vara nervös inför ett ingrepp, men vi är vana vid det och alla på kliniken gör sitt bästa för att man ska känna sig väl omhändertagen, säger Hans.

– Ja, bryter Johan in, många säger efteråt att det inte var så farligt.

### Vad är det roligaste med ert yrke som plastikkirurger?

– Det är helt oslagbart att träffa patienterna när de kommer på slutkontroll efter en operation och berättar hur positivt de uppfattar hela processen, säger Johan och skrattar.

– Hans fortsätter: Man ska se det som en livskvalitetsförbättring som man gör för sig själv, inte någon annan.



Plastikguiden är en informationswebb-sajt med information om olika ingrepp samt en mycket stor frågebänk (FAQ) med vanliga frågor som byggts upp under mer än 10 års tid. Plastikguidens läkare är specialister i plastikkirurgi med mer än 20 års erfarenhet och som gör de flesta plastikkirurgiska ingreppen.

#### Överläkare Johan Thorfinn

Specialinriktning mot bröstoperationer och intimkirurgi

#### Överläkare Hans Vintertun

Specialinriktning mot bröstoperationer och ansiktskirurgi.

[www.plastikguiden.se](http://www.plastikguiden.se)

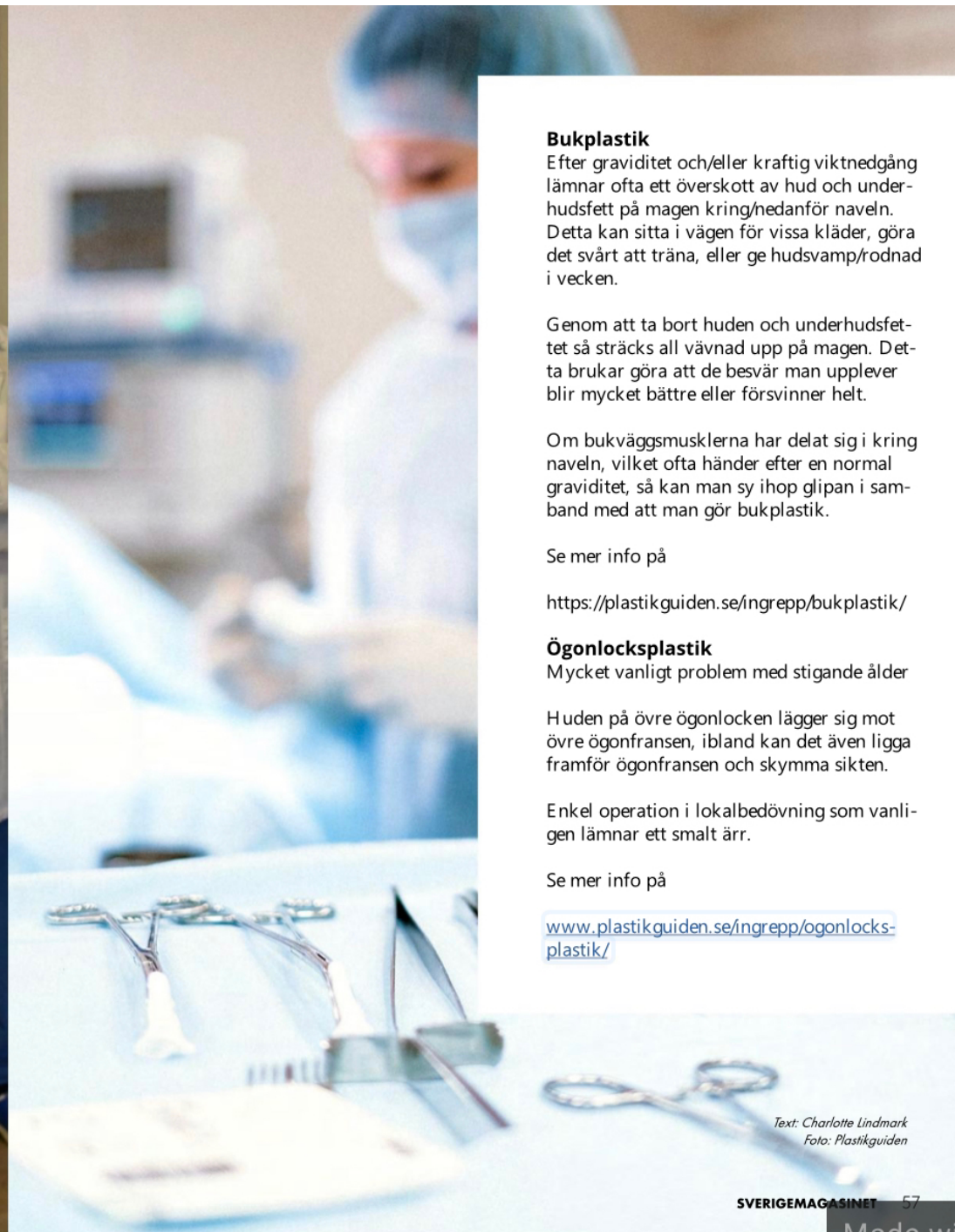
#### Bröstförminskning

Stora bröst ger tyngdkänsla, och ibland värk från nacke och axlar. Man kan också drabbas av hudirritation under brösten. Genom att göra en bröstförminskning (bröstreduktion) minskar vikten och besvären blir lättare.

Samtidigt som volymen på brösten minskar så gör man också ett bröstlyft samt förminskning av vårtgården eftersom den ofta är uttöjd, det ingår i bröstförminskningen.

Se mer info på

<https://plastikguiden.se/ingrepp/bröstplastik/bröstforminskning-bröstreduktion/>



#### Bukplastik

Efter graviditet och/eller kraftig viktnedgång lämnar ofta ett överskott av hud och underhudsfett på magen kring/hedanför naveln. Detta kan sitta i vägen för vissa kläder, göra det svårt att träna, eller ge hudsvamp/rodnad i vecken.

Genom att ta bort huden och underhudsfettet så sträcks all vävnad upp på magen. Detta brukar göra att de besvär man upplever blir mycket bättre eller försvinner helt.

Om bukväggsmuskulerna har delat sig i kring naveln, vilket ofta händer efter en normal graviditet, så kan man se ihop glipan i samband med att man gör bukplastik.

Se mer info på

<https://plastikguiden.se/ingrepp/bukplastik/>

#### Ögonlocksplastik

Mycket vanligt problem med stigande ålder

Huden på övre ögonlocken lägger sig mot övre ögonfransen, ibland kan det även ligga framför ögonfransen och skymma sikten.

Enkel operation i lokalbedövning som vanligen lämnar ett smalt ärr.

Se mer info på

[www.plastikguiden.se/ingrepp/ogonlocksplastik/](https://plastikguiden.se/ingrepp/ogonlocksplastik/)

Text: Charlotte Lindmark  
Foto: Plastikguiden