



INFORMATIE over Mini – FACE LIFT

Een vermoeide en wat somber uitzicht, afhangende wangen, verdwijnen van de kaaklijn, een huidoverschot in het gelaat en ook de hals ... dit zijn de meest vermelde klachten waarbij mensen consulteren om informatie over een mini-facelift.

De ingreep omvat een chirurgische correctie ter hoogte van de onderste helft van het gelaat, vaak in combinatie met een liposculptuur van de mondbodem/hals regio en een correctie van de onderste oogleden. Eventueel is de ingreep ook te combineren met een correctie van de bovenste oogleden.

Aanvullend, om het plaatje compleet te maken, gebeurt een optimalisatie van de behandeling door Botox® (voorhoofd – fronsrimpel – kraaienpootjes); hyaluronzuur-gel inspuitingen in de rimpeltjes van bvb. de bovenlip; en eventueel kan ook een opvulling met eigen vetweefsel gebeuren van zones welke met de tijd dunner geworden zijn.

Bij deze ingreep wordt de huid verticaal gelift, het overschot weggenomen, en de onderste en bovenste oogleden gecorrigeerd (zie aparte tekst hierover). De littekentjes worden precies in natuurlijke plooien geplaatst, zodat ze later nauwelijks nog zichtbaar zullen zijn. Tenslotte wordt alles netjes afgewerkt om een optimaal resultaat te bekomen.

Zo krijgt u opnieuw een frisse blik en niet meer dat vermoeide aspect. Globaal mag je er beter en jonger uitzien, alsof je terug komt van een weldoende vakantie; maar niet onnatuurlijk opgespannen of duidelijk geopereerd.

Eerste raadpleging:

Tijdens de eerste raadpleging wordt u onderzocht en wordt besproken wat voor u de beste behandeling zou zijn. De verschillende zones van het gelaat worden meer in detail besproken, er wordt bekeken welke zones best in combinatie behandeld (kunnen) worden. We bespreken uw wensen en verwachtingen, alsook de verschillende mogelijkheden om dit te bereiken. Er wordt een voorstel tot planning opgemaakt betreffende het chirurgische en het niet-chirurgische deel van de behandeling.

Tevens wordt uw gezondheid, uw medische geschiedenis en uw medicatiegebruik bekeken. U krijgt u alle info over de ingreep en de voor- en nazorg welke u dient in acht te nemen.

In elk geval krijgt u een eerlijk advies en duidelijke uitleg over de behandeling, de periode nadien en over het totale kostenplaatje. Alle prijzen zijn ook duidelijk all-in, alles inbegrepen. (zo dit niet zo zou zijn, wordt dit duidelijk afgesproken en zo ook uitdrukkelijk vermeld).

U krijgt dan ook alle benodigde voorschriften apotheek mee.

Benaming:

Deze ingreep is een mini-facelift, ook wel S-lift, MACS-lift of mannequinlift genoemd.

Vooraf thuis:

De hele behandeling kan vlot onder lokale verdoving met wat sedatie worden uitgevoerd. Behalve het prikje in het begin voelt u van de ingreep zelf niets (zie hieronder: "verdoving").

Twee uur vooraf en één uur vooraf neemt u thuis een tabletje Xanax. Dit geeft een wat relax gevoel, zonder

dat u zich suf voelt. Zeldzaam kan iemand toch wat gevoelig zijn aan deze medicatie waardoor hij/zij zich wel extraslaperig voelt. Iemand die gewoon is van dagelijks slaapmedicatie te nemen heeft anderzijds eerder een beperkt effect en kan overwegen iets extra te nemen. (dus één paars pilletje 2 uur voor de opname en één paars pilletje 1 uur voor het opname uur). Hierdoor kan u wel zelf niet rijden !

Ook één uur vooraf neemt u thuis een tabletje (wit pilletje) Catapressan, dit geeft een lichte bloeddrukverlaging waardoor de wonden minder bloeden. Als iemand erg gevoelig is aan te lage bloeddruk, dient in dat geval het al dan niet innemen van dit pilletje vooraf besproken worden.

Dus één paars pilletje 2 uur voor de opname en één wit en één paars pilletje 1 uur voor het opname uur.

U krijgt deze tabletjes mee op de raadpleging. (Als u de dit tablet toch nog niet zou gekregen hebben, kan u ons telefonisch contacteren en sturen we een voorschrift apotheek op).

In geval van een gelijktijdige correctie van de bovenste en/of onderste oogleden dient u om een optimale voorbereiding voor de ingreep te bekomen ook 24uur vooraf starten met het indruppelen van beide ogen: telkens 2 druppels per oog.

- Veronderstel u wordt geopereerd op 5 mei in de voormiddag:
Dan start u op 4 mei met indruppelen : 4 mei 's ochtends; 4 mei namiddag (8 u later); 4 mei avond (voor slapen of ongeveer 16 u later) en tenslotte 5 mei 's ochtends.
- Veronderstel u wordt geopereerd op 18 oktober in de namiddag:
Dan start u op 17 oktober met indruppelen : 17 oktober 's middags; 17 oktober avond (voor slapen of ongeveer 8 u later); 18 oktober 's ochtends en tenslotte 18 oktober 's middags.

U krijgt hiervoor een voorschrift apotheek mee op de raadpleging. . (Als u de dit toch nog niet zou gekregen hebben, kan u ons telefonisch contacteren en sturen we een voorschrift apotheek op).

Voorbereiding behandeling:

Voor de aanvang van de behandeling worden er foto's gemaakt voor uw medisch dossier.

We ontsmetten de huid van het gehele gelaat en hals regio tot aan de sleutelbeenderen. U kan dan geen make-up gebruiken in het gehele gelaat, dus geen mascara maar ook geen lippenstift, dagcrème ...

De belangrijkste punten in het gelaat worden afgetekend, als er een verschil zou zijn tussen rechts en links is dit geen probleem, omdat in feite de hoeveelheid weefsel / huid welke "blijft" wordt uitgemeten en dus is de hoeveelheid die weggenomen wordt niet noodzakelijk dezelfde aan beide kanten.

U krijgt een sponsen stopje in het oor om te beletten dat er tijdens de ingreep vocht in het oor zou lopen.

Rookverbod: Roken geeft duidelijk meer wondproblemen of minstens minder mooie littekens. Je moet het roken minstens 3 weken vóór de operatie en 3 weken na de operatie volledig stoppen.

Vanaf twee weken voor de ingreep mag u geen bloedverdunnende medicatie meer nemen (dus ook geen aspirine); aangepaste medicatie (vervangen door spuitjes) is af te spreken.

Verdoving:

De ingreep gebeurt onder lokale verdoving. U krijgt op het daghospitaal of in het operatiekwartier een infuus (baxter) in de onderarm, zodat langs deze weg zo nodig medicatie kan gegeven worden. Langs hier kan tijdens en ook nog één keer na de ingreep pijnmedicatie gegeven worden, nadien wordt deze verwijderd.

Er wordt vervolgens een verdovende vloeistof met adrenaline ingespoten, eerst in de zone voor het oor en van hieruit dan verder naar de andere zones. De adrenaline zorgt ervoor dat het bloeden wordt beperkt. U voelt enkele de eerste prikken aan beide kanten. Vervolgens "voelt" u tijdens de ingreep wel dat er aan gewerkt wordt maar doet dit geen pijn meer. Enkel kunnen soms bepaalde handelingen, zoals draadjes die wat dieper dienen geplaatst te worden of het verwijderen van de vetbolletjes uit de diepte van de oogleden nog even wat gevoelig zijn.

Om een veilig en optimaal resultaat te bekomen gebeurt de ingreep best onder lokale verdoving. Zo kunnen we tijdens de ingreep bvb. vragen om de mond en/of de ogen te openen of te sluiten om een maximaal (niet te weinig), maar ook veilig (niet te veel) resultaat te bekomen.

Bijkomend is het een groot voordeel dat u na de ingreep niet misselijk bent, en zo gewenst ook snel weer naar huis kan.

De ingreep:

Bij deze ingreep is er enkel een kleinere insnede voor het oor nodig, meer naar boven tot juist in de haarlijn, meer naar onderen juist omheen de oorlel. (soms kan afhankelijk van het gebied dat verstrakt moet worden, het sneetje voor het oor verlengd tot achter het oor voor een uitgebreidere behandeling van de hals). Via deze insnede wordt dan de huid losgemaakt van het onderhuidse bind- en spierweefsel. Deze onderhuids doorgezakte bindweefsel en spierlaag, die veel meer gewicht heeft dan de huid zelf, is de oorzaak van de uitwendig zichtbare verslapping. Door deze opnieuw op te spannen in een meer verticale richting wordt hetgeen de tijd en de zwaartekracht heeft veroorzaakt opnieuw hersteld. Door grotendeels verticaal te liften (3/4) en veel minder horizontaal te spannen (1/4) krijg je een veel natuurlijker effect zonder dat je er opgespannen zal gaan uitzien. Ook krijg je doordat de diepere laag aangepakt wordt, meer een oorzakelijke oplossing en dus ook langer plezier van de ingreep. Daarna wordt de hoeveelheid overtollige huid weggesneden en de huid zonder spanning gehecht. Dit laatste is mee belangrijk om een onzichtbaar litteken te krijgen. De wondjes worden minutieus gehecht.

Bij de ingreep gebeurt tegelijkertijd vaak ook onderste oogleden correctie. Als het nodig en gewenst is ook een bovenste ooglid correctie. Bij de bovenste oogleden wordt het overschot van huid weggenomen, en worden ook de uitpuilende vetlobjes verwijderd. Er gebeurt ook een lifting van de oogkringspier om het jeugdiger aspect langer te behouden. Soms kan dit achteraf tijdelijk te voelen zijn als een klein onderhuids knoopje opzij, net onder de wenkbrauw. Het littekentje valt in de ooglidplooi. Bij de onderste oogleden worden de wallen geresceerd en worden spier en huid terug opgespannen. Het littekentje is juist onder de wimpers en verdwijnt hier snel; meer opzij kan het bovendien met make-up in het begin gecamoufleerd worden.

Door tijdens de ingreep halfweg van kant te wisselen, kan aan de andere zijde een kompresje met bloedstelpende vloeistof gebruikt worden, hetgeen de bloedingen en dus de "blauwe plekken en ogen" nadien mee beperkt.

Na de ingreep wordt alles ingepakt in een comfortabel maar erg volumineus verband. Dit blijft aan voor 24 uur. Er is aan beide kanten een drain aanwezig aan de achterzijde van de oorlel welke de volgende dag verwijderd wordt, samen met het volumineuze verband. De oogleden worden met huidkleurige tape ondersteund om de zwelling te beperken.

De ingreep met voorbereiding en verband duurt vier uren. De voorbereiding op de ingreep neemt ongeveer half uur in beslag, het verband 10 minuten.

Na de ingreep:

Na de ingreep kan u enkele uren later naar huis. Uw ogen en wangen zullen opzwellen, ook met minder of meer bloeditstoringen. Eventueel kunnen er bruine kleefpleisters onder de onderste wimpers gekleefd zijn die de zwelling mee beperken. Probeer deze een 5-tal dagen ter plaatse te laten. Meestal zijn de bloeditstoringen of "blauwe ogen" beperkt en trekken deze binnen één week weg. De globale zwelling kan er zijn voor 2 tot maximaal 3 weken; voor sociaal contact hou rekening met deze periode.

Na de behandeling mag u niet zelf autorijden. Zorg er dus voor dat u iemand meeneemt die u naar huis kan brengen.

De dag na de ingreep mag u (kort) douchen, maar zorg er voor dat de littekens droog blijven. Zorg er ook voor dat tijdens het slapen er de eerste weken geen druk op uw gezicht ontstaat. Het is best om de eerste nacht thuis te rusten met uw hoofd ongeveer 2 kussens hoger en op uw rug te slapen; in de loop van de volgende nachten kan dit dan vervolgens afgebouwd worden.

Na een mini-lift moet u enkele dagen absolute rust nemen zodat uw lichaam tijd heeft om te herstellen. Na een week kan u lichte werkzaamheden hervatten. Met zware lichamelijke inspanning of zwaar tillen moet u minimaal een maand wachten. De eventuele blauwe plekken zakken vanuit het gezicht naar de hals en kunnen als verkleuringen de eerste weken zichtbaar zijn. De meeste mensen gaan na twee weken weer aan het werk.

Wel heb je last van kauwen en bijten, voorzie zeker de eerste dagen zachtere voeding.

Medicatie:

Paracetamol en ibuprofen voor pijn, enkel zo nodig.

Tobradex- zalf in van de ogen 's avonds (geeft troebel zicht), gedurende 5 dagen; voor iedereen.

Tobradex- druppels (van voor de ingreep) in van de ogen gedurende dag zo irritatie (niet of slechts kort troebel zicht). Als geen last moet dit niet.

Pijn na de ingreep:

De pijn is voor iedereen anders. Meestal volstaat een paracetamol (Dafalgan), en ibuprofen (Brufen) voor het slapen gaan. Geen ibuprofen zo maaglijder, maximaal 3 paracetamol en 3 ibuprofen.

De herstelperiode verloopt verder grotendeels pijnloos. De mate van zwelling bepaalt de eerste dagen vooral de mate van oncomfortabel gevoel. Het ongemak van het verbanden, de zwelling en slechter kunnen slapen zijn meer uitgesproken dan de pijn.

Bij heel erge pijn aan één kant of één oog de dokter of spoedgevallen contacteren.

Eerste dag thuis:

Na de ingreep thuis kan u best wat rusten met je hoofd in hoogstand. Zorg er ook voor dat tijdens het slapen er de eerste weken geen druk op uw gezicht ontstaat. Het is best om de eerste nacht thuis te rusten met uw hoofd ongeveer 2 kussens hoger en op uw rug te slapen; in de loop van de volgende nachten kan dit dan vervolgens afgebouwd worden.

De eerste dagen na de ingreep, voor het slapen gaan Tobradex zalf in "wit" van de ogen (laten) doen. Dit belet dat wimpers boven en onder in elkaar kleven. Dit doen zolang de ogen gezwollen zijn, dus waarschijnlijk tot de eerste controleraadpleging (geeft troebel zicht). Deze zalf krijgt u mee na de ingreep.

Deze eerste dagen zijn eerder vervelend dan pijnlijk. Hoesten, persen, niezen, lachen,...bukken, ...in feite alles waarvan je een rood hoofd van kunt krijgen, kan je best vermijden. Dit geeft immers meer bloeding en ook meer zwelling.

De avond van de ingreep is een klein beetje lekken van bloed tussen de draadjes van de ogen en in het verband onderaan de oren normaal.

Doe de eerste week thuis rustig aan, uw lichaam heeft tijd nodig om te recupereren.

De volgende dag zal alles maximaal gezwollen zijn, dit verminderd dan vanaf de derde dag. Ook is een asymmetrie rond de mond en de ogen ten gevolge deze zwelling mogelijk. U kan het resultaat dan ook nog niet inschatten.

Bij heel sterke zwelling en uitgesproken pijn aan één oog of één kant dokter of spoedgevallen contacteren.

Wat kan wel en niet na de ingreep:

Verzorging:

Wonden droog en rein houden, geen contact met water.

Na de eerste controle, de volgende dag, wordt het volumineuze verband verwijderd. Er is dan enkel nog een klein verbandje aanwezig aan de achterzijde van het oor, dat regelmatig de volgende 2 dagen dient verwisselt te worden. Beter niet ontsmetten.

Mogelijks is een steunverbandje aan de onderste oogleden aangebracht. Dit blijft best ter plaatse tot bij de volgende controle. Loshangende stukjes kan je eventueel inkorten.

Vanaf 14 dagen, na de eerste controle kan je starten met het inmasseren om de zwelling sneller weg te krijgen en litteken sneller te laten genezen. . Instructies volgen bij eerste controle.

Bezigheden:

Normale werkzaamheden zoals licht huishoudelijk werk, fietsen en autorijden mag progressief vanaf een week thuis. Draag een bril om ogen tegen tocht af te schermen, en ook sneller een zonnebril bij zon. Ogen zullen sneller geïrriteerd kunnen zijn de eerste weken na de ingreep.

Risico's en complicaties:

Het risico van teveel of te weinig huid weg te nemen is grotendeels opgelost door de ingreep onder lokale verdoving uit te voeren. Zo kunnen we immers tijdens de ingreep vragen om de mond en de ogen te openen of te sluiten om zo een maximaal maar ook veilig resultaat te bekomen.

Infecties zijn quasi onbestaande, de ingreep gebeurt in een ziekenhuis volgens de daar vastgelegde strengere normen.

Zelden kan er tijdelijk wat nabloeding tussen de draadjes zijn, vooral bij patiënten die voordien bloedverdunners namen. Dit hoeft geen negatieve gevolgen te hebben voor het eindresultaat. Indien u deze medicatie neemt, dient dit individueel bekeken te worden.

Na de ingreep - controle raadpleging:

De hechtingen worden door mezelf verwijderd op een aantal af te spreken controle-raadplegingen, om zo optimaal mogelijk littekens te bekomen. Een zonnebril buitenhuis en een sjaal kunnen veel camoufleren.

De roodheid van de littekens trekt meestal na een aantal weken weg. Alleen bij een dunne huid blijft die soms wat langer zichtbaar. Na één jaar zijn ze zelfs vaak niet meer zichtbaar.

De meeste mensen gaan na één week terug aan het werk.

De wondgenezing zelf duurt in totaal tot 6 weken. Blauw - geelverkleuring van de huid vooral in de onderste gedeelten kan ontstaan na enkele dagen; meestal is dit oppervlakkig en verdwijnt het ook weer vrij snel.

Het gevoel van de huid zal tijdelijk wat minder zijn. Dit verbetert progressief, de snelheid waarmee dit gebeurt is echter onvoorspelbaar en kan ook verschillen rechts tot links.

De eerste tijd heb je het ook moeilijker om de mond ver te openen, alsook om krachtig te kauwen, ook dit is wisselend en verbetert in de loop van de volgende weken.

Er volgt nog een eindcontrole na 3 maanden, dan worden opnieuw foto's gemaakt voor uw medisch dossier.

Littekens:

Littekens zitten in mate van mogelijk verborgen, genezen meestal snel. Deze van de ogen zijn zo gehecht, dat de draadjes al binnen de week kunnen verwijderd worden om een optimaal litteken te bekomen. Deze voor het oor zijn zelf oplosbare, die dienen niet verwijderd te worden (enkel hier en daar een klein knoepje).

De littekens verbleken tussen de 1 en 6 maanden. Zonnebaden mag niet na de eerste 3 maanden operatie, ook daarna dienen de littekens beschermd te blijven met een sun-block factor 30 of meer.

Rookverbod & Alcohol:

Roken geeft duidelijk, voor alle ingrepen, meer wondproblemen en minder goede littekens. Je kan best het roken minstens 3 weken vóór de operatie en 3 weken na de operatie drastisch beperken of beter zelfs volledig stoppen.

In de dagen voor en na de ingreep mag u geen alcohol drinken. Een paar dagen na de behandeling mag u wel weer (met mate) alcohol drinken, maar niet in combinatie met zwaardere pijnstillers.

Sporten:

Na een behandeling onder plaatselijke verdoving mag u na 6 weken terug sporten. Contactsporten of andere geweldiger sporten waarbij het gelaat / ooglid mogelijks geraakt kan worden, kan je beter nog een maand uitstellen.

Resultaat:

Het eind resultaat kan je grotendeels zien vanaf 6 weken tot 3 maanden na de ingreep. Nadien zijn ook nog kleinere verbeteringen mogelijk. Pas wanneer de zwelling grotendeels verdwenen is kunt u het resultaat goed beoordelen. Inmasseren van de littekens maakt dat dit wat sneller gaat. Het definitieve resultaat is pas zichtbaar nadat de inwendige weefsels en uitwendige wonden volledig genezen zijn. Dit proces kan tot een jaar duren.

De beste kandidaten voor een mini-facelift zijn vrouwen en mannen met een reële verwachting van het resultaat. De ingreep geeft altijd een duidelijke verbetering en zichtbare verjonging, maar uw gezicht wordt er niet opeens 'perfect' door.

Hoe lang blijft het resultaat van een ingreep? Dat verschilt van persoon tot persoon. Gemiddeld heeft u van een ingreep aan uw gezicht zo'n acht tot tien jaar plezier. Hoewel de klok een aantal jaren is teruggedraaid, tikt ze nadien verder, maar minder snel. Uiteindelijk kan het verouderingsproces niet gestopt worden. Door gezond te leven en goed voor uw huid te zorgen haalt u het maximum uit de ingreep.

Dr Raphaël DE MULDER

NB: Deze informatie is deels universeel; maar toch grotendeels gebaseerd op mijn eigen praktijk. Elders kunnen andere gewoonten of werkwijzen gelden.