

Hạng mục chú ý sau phẫu thuật nữ hóa tuyến vú ở nam giới

— Tư thế

1. Sau khi phẫu thuật, trong vòng 1 tuần nên ngủ với tư thế nâng cao phần trên cơ thể.
2. Sau khi phẫu thuật, nên ngủ hướng mặt lên trần nhà trong vòng 3 tháng và không nên nằm úp trong vòng 6 tháng.

— Ăn uống

Sau khi phẫu thuật, nên kết hợp tập thể dục và ăn kiêng. Tránh ăn thực phẩm có hàm lượng calo cao.

— Sưng

1. Phần mỡ được hút càng nhiều thì sưng sẽ càng to, vết bầm có thể kéo dài 1 đến 3 tuần. Vết sưng sẽ được giảm trên 70% ~80% sau phẫu thuật khoảng 3~4 tuần.
2. Những vết sưng lớn sẽ giảm dần sau một tháng phẫu thuật và những vết sưng nhỏ còn lại sẽ giảm dần sau 2 đến 3 tháng sau phẫu thuật. Để đánh giá khách quan hiệu quả phẫu thuật nên chờ khoảng 3 tháng.

— Chăm sóc vết thương

Máu nhạt có thể chảy ra từ vùng phẫu thuật trong 1 đến 2 ngày đầu sau phẫu thuật. Đó không phải chảy máu nên không cần lo lắng.

— Mặc áo định hình hoặc đeo băng định hình

1. Mục đích là để loại bỏ sưng tấy sau phẫu thuật, bạn nên mặc áo định hình kể từ ngày được hướng dẫn.
2. Áo định hình phải mặc ít nhất trong 4 tuần, và tốt nhất nên mặc áo định hình từ 2~3 tháng trở lên. Thời gian mặc áo định hình sẽ có sự khác biệt tùy theo mỗi lần thăm khám với bác sĩ.

— Tắm rửa

1. Có thể tắm sau 1 tuần.
2. Không tắm, xông hơi trong một tháng.

— Tập thể dục



Hạng mục chú ý sau phẫu thuật nữ hóa tuyến vú ở nam giới

1. Trong vòng 1 tháng sau phẫu thuật tránh vận động phần thân trên và sử dụng cơ ngực.
2. Sau 2 tuần phẫu thuật có thể đi bộ nhẹ nhàng và không vận động mạnh.

— Lái xe và làm việc trở lại

1. Vì cử động đột ngột có thể gây chảy máu nên tốt nhất bạn không nên lái xe ít nhất trong 1 tuần sau phẫu thuật.
2. Nếu làm việc trong văn phòng thông thường có thể đi làm lại 3 đến 4 ngày sau phẫu thuật, nhưng đối với những người có công việc dùng lực thì thời gian phục hồi cần khoảng 2 tuần.
3. Nếu cử động nhiều có thể xảy ra tụ máu, tụ dịch nên hãy tuân thủ theo hướng dẫn của bác sĩ.

— Uống thuốc

1. Sau khi xuất viện, hãy uống thuốc đúng theo đơn đã kê, nếu sau khi uống thuốc mà có các triệu chứng như tiêu chảy, tức ngực, nổi mề đay thì ngưng uống thuốc ngay và liên hệ với bệnh viện.
2. Trong đơn thuốc của bệnh viện đã bao gồm cả thuốc giảm đau, tuy nhiên sau khi uống vẫn cảm thấy đau thì có thể dùng thêm 1 viên Tylenol (thuốc giảm đau).
3. Không dùng vitamin tổng hợp (đặc biệt là vitamin E) và thuốc bổ trong vòng phẫu thuật 1 tháng sau phẫu thuật vì chúng có thể gây chảy máu. Không dùng aspirin trong vòng 1 tuần, trừ khi thật sự cần thiết.
4. Tuyệt đối không được dùng thuốc giảm sưng vì đây có thể là nguyên nhân gây chảy máu.

— Rượu bia và thuốc lá

Không được uống rượu bia và hút thuốc lá trong vòng 1 tháng sau khi phẫu thuật vì nó ảnh hưởng xấu đến quá trình lành vết thương, có thể gây chảy máu và nhiễm trùng.

— Tái khám

1. Tình trạng đau nhức ở mỗi người có thể khác nhau tùy thuộc vào cơ địa của mỗi bệnh nhân, trong hầu hết nhiều bệnh nhân cảm thấy cơn đau ở mức bình thường. Nếu hút mỗ được thực hiện trên phạm vi rộng thì bệnh nhân có thể bị đau nhiều hơn.
2. Ngứa là phản ứng bình thường trong quá trình hồi phục. Không được gãi hoặc gây kích ứng lên vết thương, có thể dùng túi đá chườm lên nếu cần thiết.



Hạng mục chú ý sau phẫu thuật nữ hóa tuyến vú ở nam giới

3. Có thể có các cảm giác như tức ngực, giảm cảm giác ở ngực, cảm giác đau nhức nhối hoặc đau khi vận động. Đây là những hiện tượng bình thường trong quá trình hồi phục và đây là cảm giác tạm thời. Cần chờ từ 3 đến 6 tháng để hồi phục và giảm các cảm giác nêu trên. Sẽ cần chờ ít nhất khoảng 1 năm để trở lại trạng thái ban đầu.

— Trường hợp khẩn cấp

Nếu khó thở hoặc chóng mặt nghiêm trọng trong vòng 1-2 ngày sau phẫu thuật, vui lòng liên hệ với chuyên viên phụ trách ca phẫu thuật, nếu không kết nối được sau giờ làm việc (7 giờ tối), vui lòng gọi đến số điện thoại khẩn cấp qua số [02-512-1288](tel:02-512-1288) sau đó đến bệnh viện.

