



## ZENTRUM FÜR PLASTISCHE CHIRURGIE

### Ratschläge für Patienten nach erfolgreichem Gesichts-, Hals- und Stirnlifting

1. Am Tag Ihrer Entlassung aus der Klinik und für weitere drei Tage sollten Sie darauf achten, dass Sie den Kopf immer hoch halten und auch beim Anziehen von Socken oder Schuhen den Kopf nicht nach vorne beugen. Im Liegen sollten Sie ein bis zwei Kopfkissen mehr als üblich benutzen, um auch während des Schlafens eine hochgelagerte Kopfposition zu haben.
2. Gönnen Sie sich Ruhe und führen Sie keine anstrengenden Aktivitäten aus. Essen Sie mit Mass (v.a. weiche Speisen, damit die Muskulatur im Gesicht geschont wird). Verzichten Sie auf Alkohol. Auch das Rauchen ist zu unterbrechen oder mindestens auf ein absolutes Minimum zu beschränken, denn es beeinträchtigt die Wundheilung.
3. Sollte sich entlang der Nahtstellen kleine Krusten bilden, können Sie diese mit einem Wattestäbchen und ein wenig Wasserstoffsuperoxyd ( $H_2O_2$ : in der Apotheke erhältlich) vorsichtig abwischen.
4. Falls Sie Schmerzen haben, können Sie die Schmerzmittel einnehmen, die Ihnen Ihr Arzt verordnet und mitgegeben hat.
5. Ab dem zweiten Tag nach der Operation können Sie die Haare wieder vorsichtig waschen. Verwenden Sie ein mildes Babyshampoo oder Betadine-Shampoo (desinfiziert und fördert die Wundheilung: in der Apotheke erhältlich).
6. Tragen Sie bis zur ersten Nachkontrolle, welche ca. eine Woche nach dem Eingriff stattfindet, kein Make-up im Gesicht und am Hals auf. Zudem dürfen die kleinen Pflaster über den Nahtstellen nicht entfernt werden.
7. Die Operation kann eine Schwellung verursachen. Diese ist normal und nimmt in den ersten 48 Stunden sogar eher zu, bildet sich dann aber innerhalb weniger Tage rasch wieder zurück. Bis die Schwellung komplett abgeklungen ist, kann es ein paar Wochen dauern. Durch eine kosmetische Lymphmassage kann der Rückgang der Schwellung etwas beschleunigt werden. Ihre Kosmetikerin kann sich bei Fragen gerne an uns wenden. Falls Sie eine Kosmetikerin suchen, empfehlen wir Sie gerne an unsere Partnerin, Andrea Wiedmer ([www.andrea-wiedmer.ch](http://www.andrea-wiedmer.ch)), weiter.
8. Während den ersten drei Monaten nach dem Eingriff ist zudem eine Verminderung der Sensibilität der Haut häufig. Die für den Berührungssinn verantwortlichen Nerven bilden sich meist wieder vollständig zurück.

Bei Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung:

Telefon 01 388 14 14 oder E-Mail [centerplast@pyramide.ch](mailto:centerplast@pyramide.ch)