

## Herstel en verwerking: Je lichaam: Borstreconstructie, direct bij de operatie of later?

### Borstreconstructie, direct bij de operatie of later?

Wanneer de chirurg je moet vertellen dat het nodig is een gedeelte van de borst of de hele borst te verwijderen, neem dan rustig de tijd om dit nare bericht te verwerken. Vraag altijd een vertrouwd persoon mee naar het gesprek om mee te kunnen luisteren en je te steunen.

Vraag zo nodig tijdig om een tolk. Noteer samen alles heel precies, praat er goed over na, schrijf je vragen op en kom er snel op terug. Vraag eventueel een verwijzing naar en anderstalige maatschappelijk werkster of psycholoog. Je kunt ook via de BVN of Mammarosa contact zoeken met een lotgenoot.

Het is tegenwoordig mogelijk, afhankelijk van de behandeling, om meteen bij de operatie, waarbij een borst of een gedeelte van de borst wordt weggehaald, een nieuwe borst te laten maken (een borstreconstructie). Voor veel vrouwen is dit een uitkomst, omdat ze zich een leven met een borst minder niet goed kunnen voorstellen.

Het is belangrijk je goed te verdiepen in de mogelijke complicaties. Het kan een lang traject zijn en bestaan uit meerdere operaties. Een borstreconstructie kan ook na een aantal maanden of veel later nog worden gedaan.

Erfelijk belaste vrouwen laten soms uit voorzorg, ook op jonge leeftijd, beide borsten weghalen en kunnen dan gelijk twee nieuwe borsten laten maken. Psychologische begeleiding wordt hierbij standaard aangeboden om je goed te kunnen voorbereiden op de operatie en het herstel.

Er zijn verschillende methodes van borstreconstructie:

1. De 'expander-methode' - Hierbij wordt onder de gespaarde huid een ballon aangebracht die stap voor stap opgevuld kan worden met vocht, tot de juiste grootte en vorm is bereikt. Dit kan ook worden gedaan als voorbereiding op een borst van eigen weefsel.
2. De rugspiermethode – hierbij wordt zowel huid als spierweefsel vanuit de rug naar voren geklapt, met behoud van de bloedvaten, waardoor het weefsel gewoon meedoet met het lichaam en warm is.
2. De rugspiermethode – hierbij wordt zowel huid als spierweefsel vanuit de rug naar voren geklapt, met behoud van de bloedvaten, waardoor het weefsel gewoon meedoet met het lichaam en warm is.
3. De buikmethode – hierbij wordt huid en vetweefsel uit de buik gebruikt om een nieuwe borst te maken.

Soms kan je eigen tepel gespaard worden. De tepel wordt tijdelijk ergens op je huid met een bloedvat verbonden om het weefsel gezond te houden. Als de nieuwe borst gemaakt is, kan de tepel worden teruggeplaatst. Dit heet 'nipple banking'.

Het is ook mogelijk om nieuwe tepels te maken; getatoeëerd of met eigen huidmateriaal. Informeer jezelf goed, praat met ervaringsdeskundigen. Kijk ook naar films over borstreconstructie en erfelijkheid.

Het voordeel van een reconstructie van je eigen weefsel ten opzichte van een inwendige prothese is dat er alleen lichaamseigen materiaal wordt gebruikt. Het nadeel is dat het een grote en langdurige operatie is. Ook zijn er na afloop meer littekens dan bij de expander-methode.