



Expansor de tejido para la reconstrucción mamaria

Lo que debe saber

En este folleto se explica cómo se utilizan los expansores de tejido en la reconstrucción mamaria.

Qué es un expansor de tejido

Durante la operación, se coloca un expansor de tejido en la bolsa del seno, por encima o por debajo del músculo pectoral. Los expansores de tejido son dispositivos firmes implantados que el proveedor llenará gradualmente con solución salina. El objetivo del expansor es estirar el tejido (como la piel o el músculo) para prepararlo para la siguiente fase de la reconstrucción.

Cómo funciona la expansión

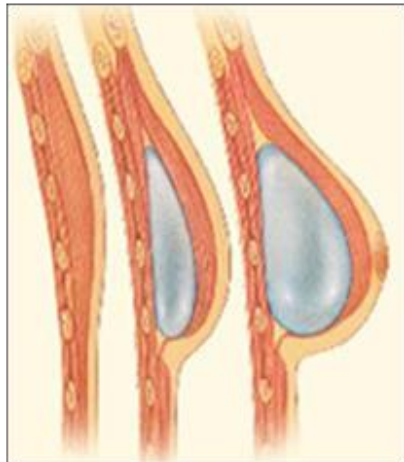
La expansión empieza unas 3 semanas después de colocar el expansor. Irá a las citas en la clínica cada 1 a 3 semanas para la expansión. En estas citas, el proveedor utilizará una aguja para inyectar solución salina a través de un puerto de acceso en el expansor. Con el tiempo, la bolsa de piel y el músculo se estirarán para crear el tamaño final del seno.

Qué puedo sentir una vez colocado el expansor

Cada persona siente algo diferente con los expansores. Algunas solo tienen molestias leves y otras pueden sentir dolor más fuerte. Le darán analgésicos después de colocarle los expansores. Tome este medicamento según las indicaciones. El dolor mejora con el tiempo.

La primera expansión

Usted irá a la clínica a su primera cita de seguimiento unas 3 semanas después de haberse colocado el expansor. Si ya ha sanado, podrá recibir la primera expansión tisular. Las expansiones tisulares pueden ser realizadas por el cirujano, la asociada médica (PA) o una enfermera especialista (ARNP).



El expansor tisular estira el músculo para crear una bolsa para el implante mamario permanente.

La primera cita generalmente dura 60 minutos. Es normal que sienta dolor o presión en el pecho por unos días después de la expansión. El malestar después de la expansión mejorará gradualmente.

Alivio del dolor

- Mientras tenga el expansor, es normal sentir tensión en el pecho o espasmos musculares. También puede sentir molestias en la espalda y las costillas.
- No se ponga hielo ni calor sobre la piel de la mastectomía.
- Para más información sobre el control del dolor, lea el folleto “Alivio del dolor después de la cirugía de reconstrucción (Pain Control After Reconstructive Surgery)”

Prenda posquirúrgica

- Puede ponerse la camisola posmastectomía o el brasier quirúrgico si le dieron uno después de la operación.
- De otro modo, no se ponga ningún brasier ni ropa apretada durante 4 semanas.

Cuidado de las incisiones

- Quítese el vendaje más externo 48 horas después de la operación antes de ducharse por primera vez. Por lo general, este vendaje es de gasa y cinta adhesiva.
- Si la incisión tiene tiritas blancas (Steri-Strips), déjelas en su lugar hasta que se caigan. Si no se caen por sí solas, se las quitaremos en la primera cita de seguimiento.
- Revise el aspecto de la incisión y de la piel que la rodea cuando se quite los vendajes. Puede tomar una foto de esa parte. Si le preocupa el aspecto de la parte mientras cicatriza, puede utilizar esta foto como referencia “normal” para compararla.

Higiene

- Dúchese 48 horas después de la operación. Recomendamos que se duche todos los días para ayudar a disminuir el riesgo de infección.
- Utilice jabón suave y lave las incisiones con delicadeza.
- No se bañe en tina, no se meta en un jacuzzi ni vaya a nadar hasta que las incisiones hayan cicatrizado por completo y no queden costras. Esto puede tardar de 4 a 6 semanas.

Drenajes

- Si le colocaron drenajes en el momento de la operación, le enseñaremos a cuidarlos. Lea el folleto Cuidado de los drenajes JP.
- Tomará antibióticos hasta que le saquen el último drenaje.

Actividades y vuelta al trabajo

- Durante 4 semanas, mueva los brazos suavemente:
 - **No** levante el brazo del lado operado por encima del hombro.
 - **No** levante, empuje ni jale nada que pese más de 8 libras (más o menos el peso de un galón de agua). Esto incluye niños y mascotas.
 - Evite los movimientos repetitivos como las tareas del hogar (aspirar, lavar los trastes y lavar la ropa).
 - Evite hacer ejercicio aeróbico (actividades que provocan una respiración profunda o un aumento del ritmo cardíaco).
- Le animamos a caminar porque ayuda en la curación y a recuperar las fuerzas. Empiece con 3 o 4 caminatas al día de 5 a 10 minutos cada vez. Aumente gradualmente la distancia y la duración conforme se recupere.
- El retorno al trabajo varía de persona a persona y depende del tipo de trabajo que hace. Hable con el cirujano acerca de las mejores opciones para usted.

Posición para dormir

- Duerma boca arriba durante 4 semanas después de la operación con la cabeza ligeramente elevada. Después, puede dormir de costado.
- Para mantener la cabeza elevada, puede ser útil apilar almohadas, una almohada en cuña o dormir en una silla reclinable.
- **No** duerma boca abajo durante 3 meses después de la operación.

Si vuelve a sentir dolor en el pecho o dificultad para respirar, llame al 911.

Si tiene enrojecimiento, hinchazón, dolor, calambres o calor en una de las extremidades, puede indicar un coágulo. Vaya a la sala de emergencias más cercana.

Cuándo llamar al equipo de atención médica:

Llame a la clínica o al médico si tiene lo siguiente:

- Hemorragia o secreción que empapa el vendaje (mantenga esa parte presionada para disminuir la hemorragia)
- Los bordes de la incisión se separan
- Fiebre de más de 100.5°F (38°C)
- Temblores o escalofríos
- Algún signo de infección en la parte operada:
 - Enrojecimiento
 - Aumento de la inflamación
 - Secreción que huele mal
 - Pus o drenaje turbio
- Náuseas o vómitos
- Sarpullido nuevo
- Dolor que empeora y no se alivia con los analgésicos.

¿Preguntas?

Sus preguntas son importantes. Si tiene preguntas o dudas, llame a su médico o proveedor de atención médica.

Durante el horario de atención

(lunes a viernes excepto feriados, de 8 de la mañana a 5 de la tarde):

Si tiene alguna pregunta o duda, le recomendamos enviar un mensaje al cirujano a través de MyChart. Incluya una foto para ayudar a explicar su duda. También puede llamar al Center for Reconstructive Surgery (Centro de cirugía plástica) al 206.598.1217, opción 2.

Urgencias fuera del horario de atención:

Si necesita atención de urgencia fuera del horario de atención, los fines de semana o los días feriados, llame al 206.598.6190 y pida hablar con el cirujano plástico de turno.

Tissue Expanders for Breast Reconstruction

What you need to know

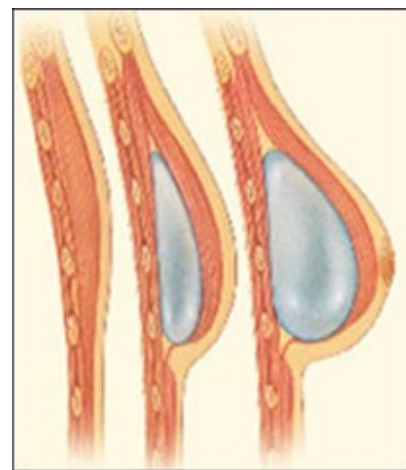
This handout explains how tissue expanders are used in breast reconstruction.

What are tissue expanders?

During surgery, a tissue expander is placed in the breast pocket either above or below your pectoral muscle. Tissue expanders are firm, implanted devices that your provider will gradually fill with saline over time. The purpose of the tissue expander is to stretch tissue (such as skin or muscle) to prepare for the next phase of reconstruction.

How does expansion work?

Expansion starts about 3 weeks after the expander is placed. You will come for clinic visits every 1 to 3 weeks for expansion. At these visits, your provider will use a needle to inject saline through a port in the expander. Over time, the pocket of skin and muscle will stretch to create your final breast size.



A tissue expander stretches the skin and/or muscle to create a pocket for the permanent breast implant or breast reconstruction.

What can I expect to feel after the expander is placed?

Each person's experience with tissue expanders is different. Some people have only mild discomfort, and others may have stronger pain. You will be given pain medicine after your tissue expanders are placed. Be sure to use this medicine as directed. Pain typically improves with time.

Your First Expansion

You will come to the clinic for your first follow-up visit about 3 weeks after the expander was placed. If you have healed, you may receive your first tissue expansion. Tissue expansions can be done either by your surgeon, physician assistant (PA), or nurse practitioner (ARNP).

This first visit usually lasts 60 minutes. It is normal to feel sore or tight in your chest for a few days after the expansion. Post-expansion discomfort will gradually improve.

Pain Control

- While you have the tissue expander, it is normal to feel tightness in your chest or chest muscle spasms. You may also feel discomfort in your back and ribs.
- Please do not place ice or heat on your mastectomy skin.
- Read the handout, “Pain Control After Reconstructive Surgery” to learn more about pain control.

Post-surgical Garment

- You may wear the post-mastectomy camisole or surgical bra if you were given one after surgery.
- Otherwise, do not wear any bra or compressive (tight) clothing for 4 weeks.

Incision Care

- Remove the outermost bandage 48 hours after surgery, before you shower for the first time. Generally, this bandage is gauze and tape.
- If your incision has strips of white tape (Steri-Strips) over it, leave the bandage in place until it falls off. If it does not fall off on its own, we will remove it during your first follow-up appointment.
- Check how your incision and the skin around your incision look when you remove the bandages. You may want to take a photo of the area. If you have concerns about how it looks as you heal, you can use this photo as your baseline “normal” to compare it with.

Hygiene

- Please take a shower 48 hours after surgery. We recommend daily showers after that to reduce the risk of infection.
- Use mild soap and wash very gently over your incisions.
- Do not take a bath, sit in a hot tub, or go swimming until your incisions are fully healed and no scabs remain. This may take 4 to 6 weeks.

Drains

- If you had drains placed at the time of surgery, we will teach you how to care for them. Please read the handout “Caring for Your JP Drains.”
- You will be on antibiotics until the last drain is removed.

Activities and Return to Work

- For 4 weeks, move your arms gently:
 - Do **not** raise your arm above shoulder height on your surgical side.
 - Do **not** lift, push, or pull anything that weighs more than 8 pounds (about the weight of a gallon of water). This includes children and pets.
 - Avoid repetitive arm movements such as chores (vacuuming, doing dishes, and laundry).
 - Avoid aerobic exercise (activities that cause heavy breathing or sustained elevated heart rate).
- We encourage walking because it is helpful for healing and rebuilding strength. Start with 3 to 4 walks a day for 5 to 10 minutes each. Gradually increase your distance and length of time as you heal.
- Returning to work varies from person to person and depends on the type of work you do. Please talk with your surgeon about what may be best for you.

Sleep Position

- Sleep on your back for 4 weeks after surgery, with your head slightly raised. After that, you may sleep on your side.
- It may be helpful to stack pillows, use a wedge pillow, or sleep in a recliner to keep your head raised.
- Do **not** sleep on your stomach for 3 months after surgery.

If you are experiencing new chest pain or shortness of breath, please call 911.

If you are experiencing redness, swelling, pain, cramping, or warmth usually in one limb, these may be signs of a blood clot. Please go to your nearest ER right away.

When to Contact Your Care Team:

Contact our clinic or your doctor if you have:

- Bleeding or drainage that soaks your dressing (hold pressure on the site to lessen bleeding)
- Opening at the edges of your incision
- A fever higher than 100.5°F (38°C)
- Shaking and/or chills
- Any signs of infection at your surgical site
 - Redness
 - Increased swelling
 - Bad-smelling drainage
 - Pus or cloudy colored drainage
- Nausea and/or vomiting
- New rash
- Pain that is worsening and is no longer eased by your pain medicine

Questions?

Your questions are important. Contact your doctor or healthcare provider if you have questions or concerns.

During Clinic Hours

(Monday through Friday except holidays, 8 a.m. to 5 p.m.):

If you have any questions or concerns, we recommend sending a message your surgeon through EPIC MyChart. Please include a photo if it would help explain your concern.

Or, you may call the Center for Reconstructive Surgery at 206.598.1217 option 2.

Urgent Needs Outside of Clinic Hours:

If you have an urgent care need after hours, on weekends, or holidays, please call 206.598.6190 and ask to speak to the plastic surgeon on call.