Behandeling

Borstverkleining

Een borstverkleining kan nodig zijn als u last heeft van te zware en/of hangende borsten.

Als u last heeft van zware en/of hangende borsten kan het zijn dat u een borstverkleining overweegt. Zware borsten kunnen lichamelijke klachten geven, zoals pijn in de rug, schouders en nek. Soms kunt u hierdoor een minder goede houding krijgen of ontstaan er smetplekken van de huid onder de borsten. Grote of zware borsten kunnen het ook lastig maken om een goed passende bh te vinden of om te sporten. Sommige vrouwen ervaren daarbij gevoelens van schaamte door de grootte van hun borsten.

U kunt voor de behandeling 'borstverkleining' ook terecht bij Jeroen Bosch Focus (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/jeroen-bosch-focus).

Wordt uw behandeling vergoed? Lees meer (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/plastische-chirurgie/toestemming-van-uw-zorgverzekeraar-voor-een-behandeling-bij-de-plastisch-chirurg)

(073) 553 60 15
Maandag t/m vrijdag 8.30 – 12.00 uur en van 13.30 - 16.30 uur

Hier vindt u alle belangrijke informatie over uw behandeling

Voor wie is een borstverkleining geschikt?

Of deze operatie voor u geschikt is hangt af van uw borsten en van uw klachten. Dit bespreekt de plastisch chirurg met u.

Grootte en vorm van uw borsten

Tijdens het eerste gesprek bespreekt de plastisch chirurg met u de grootte en vorm van uw borsten en uw klachten. De plastisch chirurg bespreekt met u hoeveel uw borsten verkleind (kunnen) worden en welke cupmaat dat ongeveer geeft. Een exacte cupmaat kunnen we niet beloven, maar we streven wel naar een cupmaat die past bij uw lichaam en figuur.

Uw gewicht (BMI)

Soms kan de operatie nog niet doorgaan omdat uw gewicht nog te hoog is en u een te hoog BMI heeft. In dat geval is het belangrijk om eerst af te vallen. U krijgt dan het advies om een goed dieet te volgen. Dit kunt u bespreken met uw huisarts of met hulp van een diëtist. Als u uw streefgewicht heeft bereikt, kunnen we u opereren.

Roken

Bespreek met uw plastisch chirurg of u rookt. Stoppen met roken voor de operatie is belangrijk voor een goede genezing en om de kans problemen (complicaties) na de operatie te verkleinen. Geadviseerd wordt om niet te roken vanaf 6 weken vóór tot 6 weken na de operatie. Nicotine vergroot de kans op problemen bij de wondgenezing.

Verzekering

De secretaresse vraagt goedkeuring bij uw verzekering om de operatie te vergoeden. U kunt wel alvast de vragenlijst invullen

voor de pre-operatieve screening (POS).

Voorbereiding

Hoe bereidt u zich voor?

Informatiefolders voorbereiding opname en operatie

Het is belangrijk dat u zich goed voorbereidt op de operatie:

- Lees de informatie: 'Anesthesie en voorbereiding op een operatie of onderzoek (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/patienteninformatie/ANE-080)' goed door.
- Volg de instructie voor het nuchter zijn (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/sites/default/files/documents/2025-06/info-nuchter-zijn.pdf) voor de operatie.
- Lees ook de informatie: Voorbereiding op een (dag)opname in het ziekenhuis (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/naar-het-ziekenhuis/voorbereiding-op-een-dagopname-in-het-ziekenhuis).

Medische fotografie

Voor de behandeling worden er foto's gemaakt door de medisch fotograaf (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/medische-fotografie). U krijgt hiervoor een afspraak mee.

Verdere voorbereidingen thuis

- Wij adviseren u voor de operatie 2 (sport) beha's in verschillende cup maten te kopen. De nieuwe (sport) beha moet naadloos zijn, een sluiting aan de voorkant hebben, goed passen en stevig zijn. De beha mag geen beugels hebben. Verder mag er geen kant aan zitten. Dit irriteert namelijk de littekens.
- Vertel uw arts of verpleegkundig specialist welke medicijnen u gebruikt. Gebruikt u bloedverdunners? Dan krijgt u uitleg over wat u hiermee moet doen vóór en rondom de operatie.
- Voor en na de operatie maakt een medisch fotograaf foto's van uw borsten. Deze foto's komen in uw medisch dossier. We gebruiken de foto's om de operatie goed voor te bereiden en om het resultaat vast te leggen.

Vervoer naar huis

Wij adviseren u dringend om na de operatie niet zelf auto te rijden. Regel daarom iemand die u naar huis kan brengen.

De behandeling

Hoe verloopt de behandeling?

Waar meldt u zich?

U meldt zich bij de Infobalie van het ziekenhuis. De medewerker vertelt u waar u moet zijn.

Voor de behandeling

De verpleegkundige ontvangt u op de afdeling en bereidt u verder voor op de behandeling. Als u aan de beurt bent voor de

operatie, brengt de verpleegkundige van de afdeling u naar het Operatiecentrum (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/operatiecentrum).

De verpleegkundige brengt u eerst naar de 'holding'. Dit is de voorbereidingsruimte. Hier draagt de verpleegkundige u over aan de anesthesiemedewerker.

Op de holding sluiten we u aan op bewakingsapparatuur. U krijgt plakkers op de borst om de hartslag te meten en een klemmetje op uw vinger om het zuurstofgehalte in uw bloed te controleren. Ook krijgt u een band om uw arm waarmee de bloeddruk wordt gemeten. Verder krijgt u een infuus in uw hand of arm. Hierdoor kunnen we u medicijnen geven.

Het kan zijn dat de operateur en/of de anesthesioloog daarna nog langskomen om een paar laatste vragen te stellen. We brengen u vervolgens naar de operatiekamer.

Tijdens de behandeling

Voor de operatie

De plastisch chirurg komt op de holding nog bij u langs om een tekening te maken op uw borst. Deze lijnen worden tijdens de operatie gebruikt als patroon gebruikt. Het kan zijn de anesthesioloog daarna nog langskomt om een paar laatste vragen te stellen. We brengen u vervolgens naar de operatiekamer.

De behandeling

Bij deze operatie verkleint de plastisch chirurg uw borsten door een deel van de huid, het vet onder de huid en een deel van het borstklierweefsel weg te halen. De tepel wordt daarna naar boven verplaatst, zodat deze weer op de goede plek zit. Ook plaatst de plastisch chirurg een deel van de borstklier naar boven.

Door de borstverkleining ontstaan blijvende littekens rondom de tepelhof, van de tepelhof naar beneden en in de plooi onder de borst (ankervormig litteken). We doen ons uiterste best om de littekens zo klein mogelijk te houden, binnen de mogelijkheden die er zijn.

De operatie gebeurt onder volledige verdoving (narcose) en duurt ongeveer 1,5 tot 2 uur. Soms laat de plastisch chirurg tijdelijk een dun slangetje (drain) achter om overtollig wondvocht af te voeren.

Na de behandeling

Wat gebeurt er na de behandeling?

Uitslaapkamer

Na de operatie brengen wij u naar de uitslaapkamer. Net als tijdens de operatie controleren we voortdurend uw bloeddruk, hartritme en zuurstofbehoefte. Als alles goed met u gaat en u voldoende wakker bent, brengen we u terug naar de afdeling.

Na de behandeling

U heeft een verband om uw borsten. Dit verband wordt voor dat u naar huis gaat verwijderd. U moet dan de sportbeha gaan dragen. Deze beha geeft uw borsten ondersteuning in hun nieuwe vorm en zorgt ervoor dat de littekens goed genezen.

Naar huis

U mag meestal dezelfde dag nog naar huis.

Risico's

Vóór de operatie bespreekt de arts de mogelijke risico's met u. Bij elke operatie kunnen complicaties ontstaan, zoals een nabloeding of een infectie. Ernstige complicaties komen bij een borstverkleining gelukkig weinig voor.

- Soms geneest een wond langzamer dan we verwachten. Daardoor kan het litteken op sommige plekken wat breder worden.
- Omdat de tepel tijdens de operatie wordt verplaatst, kan het gevoel in de tepels na de operatie minder zijn of zelfs weg zijn. Vaak komt het gevoel (gedeeltelijk) terug, maar dat is niet altijd zo. In zeer zeldzame gevallen kan een deel van de tepel verkleuren of verdwijnen. Dit gebeurt als er te weinig bloedtoevoer naar de tepel is.
- Het is niet zeker of u na een borstverkleining nog borstvoeding kunt geven. Dit verschilt per persoon.

Maakt u zich ergens zorgen over? Bespreek dit dan gerust met de plastisch chirurg.

Resultaat

Het is niet te voorspellen hoe uw littekens er uiteindelijk uitzien. In het begin zijn littekens vaak dikker, rood en gevoelig. Na een paar maanden neemt de gevoeligheid af. De littekens worden dan bleker en minder dik.

De plastisch chirurg houdt zoveel mogelijk rekening met uw wensen over de grootte en stevigheid van uw borsten. Toch kan het resultaat anders zijn dan u vooraf verwacht. Uw borsten hebben tijd nodig om te herstellen. In de maanden na de operatie verandert de vorm nog wat. Na ongeveer 4 tot 6 maanden hebben uw borsten hun definitieve vorm. Hierna zal de vorm van de borst niet veel meer veranderen.

Thuis

Waar moet u thuis aan denken?

Uw lichaam heeft na de operatie tijd nodig om te herstellen. Daarom kunt u zich na de operatie moe voelen. De adviezen die we u meegeven helpen u om te herstellen. Ook heeft u hierdoor minder kans op eventuele problemen die kunnen ontstaan door de operatie (complicaties).

Adviezen voor thuis

- Na de operatie moet u enkele weken herstellen.
- Bij pijn kunt u paracetamol 500 mg. gebruiken.
- U moet 6 weken dag en nacht de BH dragen.
- U mag 2 dagen na de operatie weer douchen (als u geen drain heeft).
- Het is verstandig de eerste 6 weken na de operatie geen zwaar (huishoudelijk) werk of inspanningen te doen. Na 6 weken mag u weer sporten en zwaar belasten.
- U mag geen zware voorwerpen (tot ongeveer 5 kg) tillen.
- U mag geen grote bewegingen met de bovenarmen maken. Hef uw armen de eerste 2 weken niet hoger dan uw schouders. Na deze eerste weken mag u dit gaan uitbreiden.
- Heeft u kleine kinderen, dan adviseren we u om hier hulp voor te regelen. Zeker voor de eerste week na uw thuiskomst. Uw borsten zijn namelijk de eerste week nog gezwollen.
- Na 4 tot 6 weken kunt u langzaam weer beginnen met uw normale dagelijkse activiteiten.
- De littekens mogen de eerste 6 maanden niet direct in de zon of onder de zonnebank.
- Het is verstandig dat u het eerste jaar na de operatie niet zwanger wordt. Uw borsten kunnen dan goed herstellen en de littekens kunnen genezen.

Wanneer moet u contact opnemen met het ziekenhuis?

In de volgende situaties is het belangrijk dat u contact opneemt met het ziekenhuis:

- U krijgt koorts boven de 38,5 graden.
- Eén of beide borsten worden rood, warm of meer gezwollen.
- De zwelling of pijn neemt toe.
- Bij een hevig bloedende operatiewond.

Krijgt u vóór uw controleafspraak meer pijn of blijft u pijn houden? Of zijn er andere problemen die te maken hebben met de operatie? Dan belt u het ziekenhuis.

Tijdens kantooruren belt u naar de polikliniek Plastische Chirurgie, dan kunnen wij u het beste helpen. Het telefoonnummer is (073) 553 60 15. Heeft u een probleem buiten kantooruren dat echt niet kan wachten? Bel dan naar de afdeling Spoedeisende Hulp, (073) 553 27 00.

Bij vragen of problemen ná uw eerste controleafspraak belt u uw huisarts.

Autorijden na een behandeling

Autorijden, maar ook het besturen van andere vervoersmiddelen mag alleen als u weer goed bent hersteld. Dit zegt de wet. Uw arts kan en mag niet beoordelen of u in staat bent om een auto te besturen. U moet dus zelf een inschatting maken of het veilig en verantwoord is om te rijden na een behandeling. Autorijden doet u altijd op eigen risico. Wij adviseren u om uw autoverzekeringspolis te bekijken omdat ook uw verzekeraar bepaalde eisen kan stellen aan het rijden na een behandeling.

Controle

Wanneer komt u op controle?

Na de operatie heeft u na 1 tot 2 weken een afspraak met de doktersassistente of verpleegkundig specialist voor controle van de wonden.

Na 6 tot 8 weken heeft u een afspraak bij uw operateur of behandelend arts. De dag na de operatie bellen we hiervoor. Heeft u hechtingen, dan worden deze bij de controle verwijderd.

Plastisch chirurgen

Alle plastisch chirurgen van het Jeroen Bosch Ziekenhuis zijn geregistreerd in Nederland. Ook zijn ze lid van de Nederlandse Vereniging voor Plastische Chirurgie (NVPC). Dit betekent dat ze volgens de regels van deze vereniging werken. Voor u als patiënt betekent dit dat u de best mogelijke zorg krijgt. Wij staan voor kwaliteit, deskundigheid en betrouwbaarheid.

Vragen

Heeft nog vragen?

Heeft u na het lezen van deze informatie nog vragen, dan kunt u deze stellen aan de plastisch chirurg of verpleegkundig specialist. Het kan handig zijn uw vragen voor het gesprek op te schrijven.

U kunt bellen naar de Polikliniek Plastische Chirurgie, telefoonnummer: (073) 553 60 15 of gebruik een e-consult in MijnJBZ (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/mijnjbz/wat-is-er-mogelijk-in-mijnjbz/een-vraag-stellen-aan-uw-behandelaar-via-mijnjbz-e-consult).

Praktische tips

Wat neemt u mee?

Bij iedere afspraak in het ziekenhuis neemt u mee:

- een geldig identiteitsbewijs
- uw Actueel Medicatie Overzicht (AMO).

Hier vindt u meer informatie (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/wat-neemt-u-mee) over wat u moet meenemen.

Afspraak op onze locatie in 's-Hertogenbosch, Boxtel, Drunen, Rosmalen of Zaltbommel? Meld u eerst digitaal aan. Lees hier (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/aanmelden) hoe dit werkt.

Opleidingsziekenhuis

In het JBZ leiden we verpleegkundigen, coassistenten, artsen en andere zorgverleners op. Dit betekent dat bij uw afspraak soms meerdere zorgverleners aanwezig zijn. En het kan zijn dat u onderzocht of behandeld wordt door een zorgverlener in opleiding (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/opleidingsziekenhuis-met-wie-heeft-u-een-afspraak). Deze zorgverlener werkt altijd onder supervisie van een gekwalificeerde zorgverlener.

MijnJBZ

Via MijnJBZ (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/mijnjbz) kunt u zelf een deel van uw persoonlijke en medische gegevens inzien die in het JBZ over u bekend zijn. Dit is mogelijk door in te loggen via mijnjbz.nl of via de MijnJBZ-app: HiX Patiënt (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/mijnjbz/meer-informatie-over-mijnjbz/mijnjbz-app-hix-patient).

Gegevens delen

Wilt u dat zorgverleners buiten het Jeroen Bosch Ziekenhuis uw medische gegevens kunnen inzien? Dan moet u het JBZ toestemming geven (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/gegevens-delen) om uw gegevens beschikbaar te stellen.

Betrokken afdelingen

Plastische Chirurgie (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/plastische-chirurgie)

Meer informatie

Medische fotografie (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/medische-fotografie)
De medisch fotograaf is gespecialiseerd in het maken van medische opnamen.

Toestemming zorgverzekeraar
(https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/plastische-chirurgie/toestemming-van-uw-zorgverzekeraar-voor-een-behandeling-bij-de-plastisch-chirurg)
Informatie over de aanvraag voor toestemming van uw behandeling.

Nederlandse Vereniging Plastische Chirurgie (NVPC) (https://nvpc.nl/patienten/)
Op deze website vindt u algemene informatie over ingrepen van de plastisch chirurg.

Copyright 2026 Jeroen Bosch Ziekenhuis