

Plastische heelkunde

Een armlift





Campus Rumst

Clinic | 12B

PROF. DR. THIERRY TONDU

+32 473 64 22 14

t.tondu@clinic12b.be

DR. INA VRINTS

+32 486 75 87 92

ina.vrints@clinic12b.be

PROF. DR. FILIP THIESSEN

+32 496 69 50 99

filip.thiessen@clinic12b.be

DR. JANA VAN THIELEN

+32 479 83 37 26

jana.vanthielen@clinic12b.be

Campus Bornem

DR. BERT OELBRANDT

03 890 16 84

bert.oelbrandt@azr.be

DR. KATRIEN LAGEY

03 860 38 63

katrien.lagey@azr.be

Waarom een armlift?

Door veroudering, gewichtsschommelingen of uitgesproken gewichtsverlies kan er een verslapping van de bovenarmen ontstaan. Dit kan aanleiding geven tot een sterke rimpeling van de huid of tot een teveel aan huid en onderhuids vetweefsel. Meestal is dit voornamelijk aan de binnenzijde van de bovenarmen storend voor patiënten. Een armlift is een heelkundige ingreep die het overschot aan verslachte huid kan corrigeren. Een armlift wordt meestal gecombineerd met liposuctie om een mooie contour te bekomen en de littekens tot een minimum te beperken.

Wat gebeurt er bij een armlift?

Bij een armlift wordt de overtollige huid samen met het teveel aan vetweefsel weggenomen. Dit kan soms door een horizontaal litteken te maken in de oksel en de huid naar boven op te spannen. Het litteken zit dan mooi verstopt onder de arm. Vaak is het echter nodig eveneens een verticaal litteken te maken aan de binnenzijde van de bovenarm, tot aan de elleboog. Dit litteken geneest vaak tot een fijn lijntje en is, gezien de lokalisatie aan de binnenzijde van de arm, slechts beperkt zichtbaar bij het dragen van korte mouwen.

Besprek met jouw plastisch chirurg wat voor jou de mogelijkheden zijn. Meestal worden in dezelfde operatietijd door middel van liposuctie eventuele vetophopingen verwijderd en de contouren geaccentueerd.

Over de ingreep

Hoe verloopt de hospitalisatie?

De dag van de ingreep kom je op het afgesproken uur nuchter naar het ziekenhuis. Voordat je in slaap gaat, zal jouw plastisch chirurg een tekening aanbrengen op de armen. Op dit moment kan je je chirurg nog bijkomende vragen stellen indien nodig. De ingreep gebeurt onder algemene verdoving en duurt ongeveer 1,5 uur. Nadien word je naar de uitslaapkamer gebracht en eenmaal voldoende wakker, terug naar jouw eigen kamer.

Afhankelijk van de uitgebreidheid, kan er op het einde van de ingreep een buisje worden geplaatst (drains) om het overtollige wondvocht af te voeren.

Deze buisjes worden na 1 dag verwijderd, afhankelijk van hoeveel vocht ze draineren. Meestal kan je dezelfde dag naar huis, sommige patiënten blijven 1 nacht in het ziekenhuis.

Wat kan ik verwachten de dagen en weken nadien?

- De eerste dagen na de ingreep kan je ongemak ervaren bij het bewegen van de armen. De huid is tijdelijk gezwollen en blauwachtig gekleurd en de huid kan gevoelloos zijn.
- Na de ingreep worden windels aangebracht om extra steun te geven en zwelling tegen te gaan. Dit verband wordt de eerste dag verwijderd en de wondnaad wordt verzorgd door de verpleging. Nadien zal je een drukmouw worden aangemeten voor extra steun en om overstrekken te vermijden. Draag deze drukmouw gedurende een maand.
- 2 dagen nadat de laatste drain werd verwijderd mag je thuis douchen. Je hoeft de wonden niet af te dekken met verband; het water mag er gewoon over lopen. Na het douchen dep je de wondnaad droog en ontsmet je kort met Isobetadine. Er is geen kleefverband nodig; eventueel kan je een zacht kompresje onder de drukmouw aanbrengen.
- Na 2 weken mogen de hechtingen verwijderd worden. Vanaf dan mag je na het douchen de littekens inmasseren met de voorgeschreven littekencrème.
- We raden gedurende 4 weken relatieve

rust aan: geen zware lasten tillen en niet sporten. Na een maand kunnen de sportactiviteiten geleidelijk terug hernomen worden, met terugkeer naar normale activiteit vanaf 6 weken na de ingreep. De meeste mensen gaan 1 à 2 weken na de ingreep terug aan het werk.

Wat zijn de risico's en ongewenste effecten van de ingreep?

- nabloeding (eerste 24uur)
- infectie (eerste 3-5 dagen)
- seroom: dit is een vochtcollectie onder de huidlap. Om dit risico te minimaliseren, worden wonddrains geplaatst en krijg je een drukverband. Mocht er zich toch vocht ophopen, dan zal de chirurg dit op de raadpleging via een naaldje verwijderen.
- verminderde gevoeligheid van de huid (tijdelijk)
- abnormale of vertraagde wondheling: dit kan meestal worden opgelost met lokale wondzorg. Wondproblemen doen zich vaker voor bij rokers.
- verbreed litteken

- huidoneffenheden: vooral bij zeer slappe of oudere huid
- pigmentatiestoornissen
- littekencontractie: heel zelden vormt het litteken in de oksel een storende streng, welke met een kleine ingreep kan gecorrigeerd worden.

De chirurg zal je regelmatig opvolgen om eventuele ongewenste effecten of complicaties tijdig op te sporen en te behandelen. Indien je toch vragen hebt of ongerust bent, aarzel niet om ons te contacteren voor een snellere controle.

Richtlijnen

Richtlijnen vóór de ingreep

- Niet eten noch drinken vanaf 6 uur voor de operatie.
- We vragen een douche te nemen de dag van de ingreep.
- Breng geen make-up aan, verwijder nagellak, draag geen juwelen.
- Vermijd aspirine vanaf 10 dagen voor de ingreep.
- Het is aan te raden te stoppen met roken vanaf 4 weken voor de ingreep en dit tot minstens 4 weken na de ingreep.

Richtlijnen na de ingreep

- De eerste dagen na de ingreep kan je pijn en ongemak ervaren. De huid is tijdelijk gezwollen en blauwachtig en de huid kan gevoelloos zijn.
- Bij pijn mag je volgende medicatie nemen: Paracetamol 1g, maximum 3x/dag, eventueel in combinatie met Ibuprofen 400mg, maximum 3x/dag bij het eten. Vermijd aspirine en derivaten de eerste week na de ingreep.
- Na de ingreep wordt een drukverband aangebracht om extra steun te geven en zwelling tegen te gaan. Dit verband wordt de eerste dag verwijderd en de wondnaad wordt verzorgd door de verpleging. Nadien zal je een drukmouw worden aangemeten voor extra steun. Draag deze gedurende een maand.
- 2 dagen nadat de laatste drain werd verwijderd, mag je thuis douchen. Je hoeft de wonden niet af te dekken met verband; het water mag er gewoon over lopen. Na het douchen dep je de wondnaad droog en ontsmet je kort met Isobetadine. Er is geen kleefverband nodig; eventueel kan je een zacht kompresje onder de mouw aanbrengen.
-

- Na 2 weken mogen de hechtingen verwijderd worden. Vanaf dan mag je na het douchen de littekens inmasseren met de voorgeschreven litteken crème.
- We raden gedurende 4 weken relatieve rust aan: geen zware lasten tillen en niet sporten. Na een maand kunnen de sportactiviteiten geleidelijk terug hernomen worden, met terugkeer naar normale activiteit vanaf 6 weken na de ingreep. De meeste mensen gaan 2 weken na de ingreep terug aan het werk.

Contacteer jouw arts in geval van

- toenemende zwelling, in combinatie met pijn
- koorts, rillingen
- tekens van wondinfectie

Jouw afspraken

Voor de ingreep

eerste consultatie:

kennismaking en informatie over de ingreep:

..... / /

tweede consultatie:

beantwoorden van vragen en plannen van

de datum: / /

preoperatieve onderzoeken:

.....

De dag van de ingreep:

datum: / /

uur:

plaats:

Na de ingreep:

eerste controle na 1 week: / /

tweede controle na 2 weken: / /

opvolging na 6 weken: / /

opvolging na 3 maanden: / /

verdere opvolging:

..... / /

Hier noteer ik mijn eventuele vragen

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Deze brochure is bedoeld als hulpmiddel voor patiënten die informatie wensen over een armlift. Je vindt in deze brochure basisinformatie over de ingreep, de herstelperiode en mogelijke complicaties. Gezien elke persoon uniek is, is een raadpleging bij jouw plastisch chirurg onontbeerlijk voor een persoonlijke benadering en individueel behandelplan. We vragen jou dit boekje mee te brengen bij iedere consultatie voor verdere uitleg en planning van de afspraken.

Indien je meer informatie wenst, kan je terecht op de volgende websites:

- praktijk Clinic 12b: www.clinic12b.be
- Royal Belgian Society for Plastic Surgery: www.rbsps.org

CAMPUS RUMST

's Herenbaan 172 | 2840 Rumst

algemeen: 03 880 90 11

afspraken medische beeldvorming/MRI: 03 880 90 95

spoedgevallen: 03 880 95 20

CAMPUS BORNEM

Kasteelstraat 23 | 2880 Bornem

algemeen: 03 880 90 11

afspraken medische beeldvorming: 03 880 90 95

spoedgevallen: 03 890 16 03

CAMPUS WILLEBROEK

Tisseltsesteenweg 27 | 2830 Willebroek

algemeen: 03 880 90 11

ref.: 50121023

versie: 09/10/2026

foto's & illustraties: Adobe stock, eigen foto's

eigenaar: prof. dr. Thierry Tondou, plastisch chirurg

v.u.: Sofie Vermeulen, communicatie

Maatschappelijke zetel:

vzw AZ Rivierenland | 's Herenbaan 172 | 2840 Rumst

RPR 0416 851 659 | Erkenningsnummer 104 | Bevoegde rechtbank: Antwerpen

www.azrivierenland.be | info@azr.be