

Studie visar: En stabil postoperativ bh minskar patientens smärta efter bröstcanceroperation

Användningen av en stabil bh med kompression efter bröstcanceroperation minskar smärta och förbättrar rörlighet och komfort jämfört med en mjukare bh. Detta enligt en studie ledd av Malin Backman, specialistsjuksköterska inom onkologi och vårdforskare vid Karolinska Universitetssjukhuset. Resultaten visar även att den stabila bh:n ger bättre stöd, ökad trygghet och bidrar till snabbare återhämtning och högre livskvalitet för patienterna.



Malin Backman, specialistsjuksköterska inom onkologi och vårdforskare vid Karolinska Universitetssjukhuset

Studie med 200 kvinnor

– Det som är kul med den här studien är att den uppkom utifrån patientens frågor kring bh-användning. På Karolinska får varje patient en bh som de rekommenderas använda efter en bröstcanceroperation. Trots detta saknades evidens för vilken typ av bh som var mest effektiv och hur länge den borde användas, så vi kunde inte ge välgrundade svar på frågorna.

I studien delades kvinnorna in i två grupper. Hälften av deltagarna fick en mjuk bh, och den andra hälften fick en stabilare bh med kompression. Bh:n användes dygnet runt i tre veckor efter operationen. Patienterna fick svara på frågor om smärta och komfort både innan och efter användningsperioden.

– Vi ville primärt ha svar på vilken bh som var mest effektiv för att lindra smärta, då cirka 60 procent av kvinnor som genomgår bröstkirurgi rapporterar någon form av smärta post-operativt. Vi tittade även på förekomst av vätskeansamling i operationsområdet, svullnad, rodnad, blödning och infektion.

Resultaten visade att 68 procent av kvinnorna i studien upplevde smärta två veckor efter operationen. I denna grupp visade det sig vara en signifikant

skillnad beroende på vilken bh man använde. De som hade den stabila bh:n rapporterade lägre grad av smärta jämfört med de som hade den mjuka bh:n. Dessutom upplevdes den stabila bh:n som mer bekväm. Den gav en högre känsla av trygghet vid fysisk aktivitet och vardagliga rörelser som att lyfta armen, något som bidrog till snabbare återgång till det normala livet.

– Numera erbjuder vi alla kvinnor som genomgår en bröstcanceroperation en stabil bh som standard. Det finns dock undantag där kirurgen kan behöva göra avsteg, till exempel om man har gjort en operation där bröstvårtan bevaras. Men i det stora hela ska man idag erbjudas den stabila bh:n.

Formen påverkar också användningen

Malin Backman och hennes team arbetar nu på en uppföljande studie baserad på fritextsvar från deltagarna. Studien fokuserar på bh-design och patienternas upplevelser av användarvänlighet och komfort, med förhoppningen att ytterligare förbättra rekommendationerna och stödja kvinnors återhämtning efter bröstcanceroperation.

Ett överraskande tema i fritextsvaren var vikten av att ha en snygg bh. Den mjuka bh:n, som liknade en gasbinda, gav ett sjukhuslikt intryck och fick kvinnorna att känna sig mer sjuka. I kontrast upplevdes den stabila bh:n, som liknar en sport-bh, som ett extra skyddande lager vilket bidrog till en känsla av trygghet och normalitet.

– Om en bh är lätt att använda, exempelvis genom att den kan knäppas fram till och inte behöver träs över huvudet, är hållbar, har breda omfång och justerbara axelband, så ökar chansen att patienterna följer rekommendationerna och faktiskt använder den.

– Det kändes tryggt för kvinnorna att få en bh som vården kan rekommendera utifrån evidens. Så var det ju inte innan. Nu känns det som att vi gör allt vi kan, avslutar Malin Backman.