乳房缩小手术通常会持续很长一段时间，长达数年至数十年。

由于多种因素，缩胸手术后的效果通常是持久的。手术的主要方法是缩小乳房组织，通过切除乳房组织、矫正乳房形状来达到缩小乳房的目的。如果手术成功，这种方法可以有效缩小乳房尺寸并保持乳房形状。

然而，术后护理不足可能会影响缩胸手术的持续时间。如果术后护理得当，例如佩戴适合自己身体的胸罩、避免过度运动等，可以延长维持期。然而，术后护理不足，如运动过度或胸罩不合适，可能会影响手术效果并缩短维持期。

关于是否会出现反冲，缩胸手术可以通过去除多余的皮肤组织和脂肪来达到缩小乳房的效果，因此不会出现反冲，因为手术过程中去除了多余的皮肤组织。然而，如果您肥胖，您应该记住，您的乳房大小可能会随着体重的增加而变化。