



PLASTISCHE CHIRURGIE VOM ÄSTHETEN

KONTAKT & BERATUNG

Die Ästhetik - Medical Spa
Tal 13, 80331 München

info@aestheten.de
Tel.: +49 89 954719610

OPERATIVE EINHEIT MÜNCHEN

Anästhesiezentrum Dr. Müller & Kollegen
Karlstrasse 42, 80333 München

OPERATIVE EINHEIT BAD GRIESBACH

Klinik & Hotel St. Wolfgang
Asklepios Klinik Bad Griesbach
Ludwigpromenade 6, 94086 Bad Griesbach



PATIENTENRATGEBER ZUM THEMA BRUSTSTRAFFUNG /-VERKLEINERUNG FÜR EINE STRAFFE UND WOHLGEFORMTE BRUST

Der normale Alterungsprozess, starke Gewichtsabnahme und insbesondere die Auswirkungen einer Schwangerschaft führen häufig zu einer Erschlaffung der Brust. Aber auch eine von Natur aus als „zu groß“ empfundene Brust kann belastend und hinderlich sein.

Veränderungen dieser Art lassen sich ohne operativen Eingriff nicht nennenswert verbessern.

Die moderne Brustchirurgie bietet hier verschiedene Lösungsmöglichkeiten. Je nach Ausgangssituation können unterschiedliche Techniken der Bruststraffung und Brustverkleinerung zum Einsatz kommen. Dank moderner Therapiekonzepte muss also der Wunsch nach einer straffen wohlgeformten Brust kein Wunschtraum bleiben.

Nachfolgend haben wir Ihnen ausführliche Informationen zur den verschiedenen Techniken der operativen Bruststraffung bzw. Brustverkleinerung zusammengestellt.

Der Eingriff

Zu Beginn werden Sie von unserem Plastischen Chirurgen untersucht und im Anschluss werden die Behandlungsregionen angezeichnet. Hier haben Sie auch nochmals Gelegenheit mögliche Fragen zu stellen

Der Eingriff erfolgt in Vollnarkose und Sie sind stets gut überwacht durch unser erfahrenes Narkoseteam. Die kleine Bruststraffung (Technik nach Benelli) kann auf Wunsch auch in lokaler Betäubung oder Dämmerschlafnarkose erfolgen.



Grundsätzlich kann man unterscheiden zwischen einer reinen Bruststraffung und einer Straffung mit Brustreduktion (=Verkleinerung).

Kleine Bruststraffung:

Bei einer „kleinen“ Bruststraffung erfolgt lediglich ein Hautschnitt am Rand der Brustwarze und ein zweiter ovaler Schnitt, mit einem größeren Umfang um die Brustwarze. Die überschüssige Haut jenseits des Warzenvorhofes wird nun entfernt und die Haut am Rand vom Brustgewebe gelöst. Daraufhin werden die Wundränder zusammengerafft und sorgfältig mehrschichtig vernäht. Die anfangs gerafft erscheinende Narbe glättet sich in den nächsten Woche und es bleibt lediglich eine feine zirkuläre Narbe um die Brustwarze erhalten.

Diese Technik eignet sich insbesondere bei leichter Erschlaffung der Brust (z.B. nach Schwangerschaft) oder in Kombination mit einer Einlage von Silikonpolstern zur Vergrößerung des Brustumfangs.

Klassische Bruststraffung:

Bei der operativen Bruststraffung (=Mastopexie) ist der Operateur stets bemüht die Narben so kurz und unauffällig zu machen wie möglich. Aktuell kommen in der Regel zwei Techniken zum Einsatz.

1) Bei der narbensparenden Technik (nach Lassus oder Lejour) erfolgt zunächst ein Hautschnitt um die Brustwarze und entlang der zuvor gemachten Anzeichnungen. Die überschüssige Haut um den Warzenvorhof wird entfernt und die Haut seitlich vom Brustgewebe gelöst und der Hautschnitt gerade nach unten bis knapp oberhalb der Unterbrustfalte verlängert. Nun wird die Brustdrüse sanft vom Muskel teilweise gelöst und nach oben verlagert. Daraufhin wird die überschüssige Haut zu beiden Seiten dieses Schnittes entfernt und die Haut abschließend sorgfältig mehrschichtig und kosmetisch unauffällig vernäht. Wegen des lediglich vertikalen Hautschnittes hinterlässt dieses Verfahren weniger Narben als die herkömmliche ankerförmige (T-Technik) Bruststraffungs-Technik.

2) Die ankerförmige (T-Technik) Bruststraffungs-Technik kommt bei starker Erschlaffung der Brust bzw. großem Hautüberschuss zum Einsatz. Zusätzlich zu dem bereits beschriebenen Vorgehen (siehe oben) erfolgt hier auch eine horizontale Schnittführung, so dass am Ende eine ankerförmige Narbenführung entsteht. Allerdings befindet sich die vertikale Narbe im Bereich der Brustumschlagfalte und ist somit in aller Regel wenig auffällig.

Brustverkleinerung und -straffung:

Je nach Ausgangsbefund und Patientenwunsch können hier beide obengenannten Techniken der Bruststraffung zum Einsatz kommen. Zusätzlich zu dem bereits geschilderten Vorgehen wird hier, vor Entfernung der überschüssigen Haut, aus der kegelförmigen Brustdrüse ein Segment entnommen und die Brustdrüse neu geformt (bei auffälligem Drüsengewebe oder auf Wunsch schicken wir das entnommene Brustgewebe gerne zur feingeweblichen Untersuchung in ein Speziallabor). Daraufhin wird auch hier die überschüssige Haut zu beiden Seiten dieses Schnittes entfernt und die Haut abschließend kosmetisch unauffällig vernäht.

Mit Ausnahme der sogenannten „kleinen Bruststraffung“ erfolgt regelhaft die Einlage jeweils einer Drainage pro Seite. Ein Wundverband und die Anlage eines Stützbustiers beenden den Eingriff.



Bei einer Bruststraffung/-verkleinerung ist mit einem Aufenthalt von 1-2 Tagen zu rechnen. Da die Mini-Bruststraffung einen vergleichsweise kleinen Eingriff darstellt und ohne Vollnarkose durchgeführt werden kann (in Sedierung = Dämmerschlaf), ist in der Regel ein ambulantes Vorgehen möglich. D.h., Sie können nach einer Erholungszeit von ca. 2-3 Stunden nach Hause gehen. Bei weiter Anreise oder auf Wunsch können Sie selbstverständlich auch über Nacht bleiben und nach dem Verbandswechsel am nächsten Tag abreisen.

Nach der Behandlung

Am nächsten Tag wird eine Kontrolluntersuchung durchgeführt und die Drainagen werden entfernt. Nach einer ersten Ultraschallnachbehandlung können Sie in der Regel die Heimreise antreten. Falls medizinisch notwendig kann die Heimreise unter Umständen auch erst am nächsten Tag möglich sein.

Das angepasste Kompressionsbustier müssen sie kontinuierlich tragen. In den ersten zwei Wochen Tag und Nacht. Körperbewegungen, die die Brustmuskulatur belasten, müssen sechs Wochen strikt vermieden werden. In den ersten Tagen nach der Operation werden Spannungsgefühl am Oberkörper und in unterschiedlicher Stärke auch Schmerzen auftreten. In der Regel tritt nach etwa drei Tagen eine deutliche Besserung ein.

Nach ca. 14 Tagen werden vorhandene Hautfäden gezogen. Die zu Anfang geröteten Narben verblassen schnell und sind nach ein paar Monaten in der Regel kaum mehr sichtbar. Termine für unser Nachbehandlungsprogramm stimmen wir mit Ihnen individuell ab.

Kontrollen erfolgen in der Regel nach einer und zwei bzw. drei Wochen. Das endgültige Ergebnis ist nach ca. 3 Monaten zu sehen, wobei Sie aber schon am nächsten Tag die positive Veränderung erkennen können.

Ogleich eine Brustoperation keine Einschränkung für eine spätere Schwangerschaft darstellt, ist es dennoch ratsam innerhalb der ersten Monate nach der Operation, nicht schwanger zu werden um unnötige Spannung auf der noch nicht ausgereiften Narbe (Narbenheilung ca. 6-12 Monate) zu vermeiden.

In Abhängigkeit von Ihrer Tätigkeit können Sie in der Regel nach ca. zwei Wochen Ihrer Arbeit nachgehen. Bei körperlich nicht belastenden Tätigkeiten kann dies auch früher sein. Auszuschließen sind allerdings immer Belastungen der Brustmuskulatur.

Belastende Sportarten sollten ebenfalls vier bis sechs Wochen nicht durchgeführt werden. Ein Saunabesuch ist nach 3 Wochen möglich. Bei Solarium und Sonne müssen die Narben im ersten halben Jahr durch Bekleidung, Pflasterstreifen oder Sonnencreme mit Lichtschutzfaktor 30 oder mehr geschützt werden, um dunklere dauerhafte Verfärbungen zu vermeiden.

Zu Hause zu beachten

Die Behandlungsregion sollte möglichst bald gekühlt werden, um etwaige Blutergüsse und Schwellungen klein zu halten. Das gilt auch für die ersten 2 - 3 Tage nach dem Eingriff. Die Patienten sollten in dieser Zeit mit leicht erhöhtem Oberkörper im Bett liegen und den Körper generell anstrengende Aktivitäten vermeiden (Sport, etc.).



Kosten

Die Kosten einer Brustoperation beinhalten unter anderem die Narkose, das Operationsteam und die Nachsorge zzgl. eventuellen Übernachtungskosten. In einem ersten und unverbindlichen Beratungsgespräch besprechen wir Ihre Wünsche und Ziele und entwickeln Ihren persönlichen Behandlungsplan. Am Ende des Beratungsgesprächs erhalten Sie einen Kostenplan entsprechend Ihren Wünschen.

Eine Finanzierung der Operation ist selbstverständlich möglich.

Kurzinfo

OP-Dauer: ca. 1 - 4 Stunden (je nach Vorgehen)

Narkose: Dämmer Schlaf oder Vollnarkose (bei klassischer Bruststraffung zwingend notwendig)

Klinikaufenthalt: ambulant, auf Wunsch 1-2 Nächte im Belegkrankenhaus oder im Partnerhotel mit medizinischer Betreuung

Fadenentfernung: nach ca. 14 Tagen

arbeitsfähig: nach ca. 7-21 Tagen

Häufige Fragen und Antworten zur Bauchstraffung

Was kann ich durch eine Bruststraffung/-verkleinerung erreichen?

Schlaffe Haut, Dehnungsstreifen wie auch vermehrtes Drüsengewebe werden langfristig entfernt. Ziel ist es, eine wohlgeformte Brustform zu erreichen.

Bin ich ein geeigneter Patient?

Ideale Voraussetzungen für diesen Eingriff bestehen, wenn Sie

- allgemein in guter körperlicher Verfassung sind,
- Ihr Wohlfühlgewicht erreicht haben,
- nicht schwanger sind.

Was passiert beim persönlichen Beratungsgespräch?

Während der persönlichen, ca. einstündigen Beratung durch einen Facharzt für Plastische & Ästhetische Chirurgie haben Sie die Gelegenheit mit uns über Ihre persönlichen Wünsche und Erwartungen zu sprechen. Wir werden Ihnen die unterschiedlichen Möglichkeiten, das Verfahren selbst, die jeweiligen Risiken und Grenzen sowie die notwendige Narkoseform erklären.

Wir führen eine gezielte Untersuchung durch, machen uns ein Bild über die Verteilung und Qualität Ihrer Haut und Ihres Fettgewebes, machen digitale Fotos zur Dokumentation und besprechen sie gleich am Bildschirm mit Ihnen. Anhand der erhaltenen Informationen können Sie sich im Anschluss in Ruhe Gedanken machen und eine Entscheidung treffen.

Beratungen werden bei uns immer vom Operateur durchgeführt.

Sind Voruntersuchungen nötig?

Allergien gegen Medikamente, Pflaster oder Salben sollten Sie uns in jedem Fall mitteilen, ebenso andere Vorerkrankungen an Schilddrüse, Herz oder Lunge, auch Diabetes mellitus und regelmäßigen Medikamentengebrauch. Sollten Sie sonst gesund sein, werden vor der Operation lediglich Ihr Blutbild und die Blutgerinnung, bei vorerkrankten Patienten auch das Herz (EKG) und die Lunge (Röntgen), untersucht.



Was ist vor der Operation zu beachten?

Ihre Haut können Sie vor der Operation durch besondere Pflege vorbereiten und schützen und die Durchblutung durch kaltes Abduschen anregen. Ideal ist eine Lymphdrainage ca. 1 - 3 Tage und Ultraschallbehandlungen vor dem Eingriff. Ohrringe oder Piercings sollten vollständig entfernt werden. Bei Hautentzündungen muss eine Vorbehandlung erfolgen, die Sie problemlos selbst durchführen können. Außerdem sollten Sie für die Dauer von 14 Tagen vor der Operation keine Schmerzmittel wie z.B. Aspirin einnehmen, da diese die Blutgerinnung verzögern. Auch auf Alkohol, Schlafmittel, Sonnenbank und Nikotin sollten Sie weitgehend verzichten.

Wie verläuft die Operation für mich?

Durch beruhigende Medikamente sind Sie vor und während des Eingriffes sehr entspannt, aber die ganze Zeit ansprechbar - es sei denn, in Ihrem Fall ist eine Vollnarkose notwendig. Die Haut wird zur OP-Vorbereitung mehrfach desinfiziert. Dann beginnt der Eingriff in den oben beschriebenen Phasen. Nach der Erholungsphase im Aufwachraum können Sie sich in Ruhe erholen. Je nach Vorgehensweise können Sie später nach Hause gehen oder verbleiben in unserer medizinischen Betreuung. Am nächsten Tag sehen wir uns wieder zur Kontrolluntersuchung.

Wie wird eine Bruststraffung/-reduktion durchgeführt?

Zur Straffung und/oder Verkleinerung der Brust stehen uns verschiedene Verfahren, teilweise auch in Kombination mit Einlage von Silikonimplantaten, zur Verfügung:

1) Kleine Bruststraffung: Bei einer „kleinen“ Bruststraffung erfolgt lediglich ein Hautschnitt am Rand der Brustwarze und ein zweiter ovaler Schnitt, mit einem größeren Umfang um die Brustwarze. Die überschüssige Haut jenseits des Warzenvorhofes wird nun entfernt und die Haut am Rand vom Brustgewebe gelöst. Daraufhin werden die Wundränder zusammengerafft und sorgfältig mehrschichtig vernäht. Die anfangs gerafft erscheinende Narbe glättet sich in den nächsten Woche und es bleibt lediglich eine feine zirkuläre Narbe um die Brustwarze erhalten. Diese Technik eignet sich insbesondere bei leichter Erschlaffung der Brust (z.B. nach Schwangerschaft) oder in Kombination mit einer Einlage von Silikonpolstern zur Vergrößerung des Brustumfangs.

2) Klassische Bruststraffung: Bei der operativen Bruststraffung (=Mastopexie) ist der Operateur stets bemüht die Narben so kurz und unauffällig wie möglich zu machen. Aktuell kommen in der Regel zwei Techniken zum Einsatz. Bei der narbensparenden Technik (nach Lassus oder Lejour) erfolgt zunächst ein Hautschnitt um die Brustwarze und entlang der zuvor gemachten Anzeichnungen. Die überschüssige Haut um den Warzenvorhof wird entfernt und die Haut seitlich vom Brustgewebe gelöst und der Hautschnitt gerade nach unten bis knapp oberhalb der Unterbrustfalte verlängert. Nun wird die Brustdrüse sanft vom Muskel teilweise gelöst und nach oben verlagert. Daraufhin wird die überschüssige Haut zu beiden Seiten dieses Schnittes entfernt und die Haut abschließend sorgfältig mehrschichtig und kosmetisch unauffällig vernäht. Wegen des lediglich vertikalen Hautschnittes hinterlässt dieses Verfahren weniger Narben als die herkömmliche ankerförmige (T-Technik) Bruststraffungs-Technik. Die ankerförmige (T-Technik) Bruststraffungs-Technik kommt bei starker Erschlaffung der Brust bzw. großem Hautüberschuss zum Einsatz. Zusätzlich zu dem bereits beschriebenen Vorgehen (siehe oben) erfolgt hier auch eine horizontale Schnittführung, so dass am Ende eine ankerförmige Narbenführung entsteht. Allerdings befindet sich die vertikale Narbe im Bereich der Brustumschlagfalte und ist somit in aller Regel wenig auffällig.



Je nach Ausgangsbefund und Patientenwunsch können bei der Brustreduktion beide obengenannten Techniken der Bruststraffung zum Einsatz kommen. Zusätzlich zu dem bereits geschilderten Vorgehen wird hier, vor Entfernung der überschüssigen Haut, aus der kegelförmigen Brustdrüse ein Segment entnommen und die Brustdrüse neu geformt. Daraufhin wird auch hier die überschüssige Haut zu beiden Seiten dieses Schnittes entfernt und die Haut abschließend kosmetisch unauffällig vernäht.

Mit Ausnahme der sogenannten „kleinen Bruststraffung“ erfolgt regelhaft die Einlage jeweils einer Drainage pro Seite. Ein Wundverband und die Anlage eines Stützbustiers beenden den Eingriff.

Wie lange dauert die OP, der Aufenthalt und welche Narkose wird angewendet?

Die Operationszeit variiert zwischen 1 und 4 Stunden, abhängig von dem jeweiligen Vorgehen. Die kleine Bruststraffung wird meist ambulant und in lokaler Betäubung mit Dämmer Schlaf vorgenommen. Bei einer klassischen Bruststraffung/-reduktion ist eine Vollnarkose mit nachfolgendem Aufenthalt bei uns nötig.

Was ist direkt nach der OP zu beachten?

Nach der Operation sind Schmerzen und Unbehagen zu erwarten. Selbstverständlich bemüht sich unser Team die Zeit nach der OP so angenehm wie möglich zu machen. Im Bett sollten Sie darauf achten, Kopf und Oberkörper immer leicht erhöht zu halten. Seien Sie nach Möglichkeit in der ersten Zeit nach der OP nicht zu aktiv und vermeiden Sie alle für den Körper generell anstrengenden Aktivitäten (Sport, etc). Vor der Entlassung bekommen Sie von uns noch genaue Hinweise für die erste Zeit zu Hause.

Ändert sich das Gefühl an der Haut?

Eine gewisse Änderung der Sensibilität ist nach dem Eingriff in geringem Umfang möglich und normalisiert sich in der Regel nach einiger Zeit von alleine wieder. In aller Regel ist die Brustwarze davon nicht betroffen und das Gefühl wie auch die Empfindsamkeit unverändert.

Sieht man die Narben deutlich?

Bei normalem Verlauf verbleibt nur eine feine Narbe. Je nach Länge der Narbe ist diese später nur im unbedeckten Zustand noch mäßig zu sehen. Sollten Sie jedoch eine Veranlagung zu Narbenproblemen haben, erwähnen Sie dies bitte im Vorgespräch.

Wie viele Schmerzen werde ich haben?

In den ersten Tagen werden Sie einen Wundschmerz verspüren, der jedoch gut mit Schmerzmitteln zu behandeln ist, die wir Ihnen rezeptieren.

Ist eine Nachbehandlung erforderlich?

Nicht zwingend. Dennoch empfehlen wir eine Nachbehandlung mit Lymphdrainagen und Ultraschall um mögliche Schwellungen und Wassereinträge schnell aus dem Gewebe zu entfernen. Nach 2 Wochen empfehlen wir einen speziellen Narbenpflegestift auf die kleinen Einschnitte aufzutragen. Mit kalten Duschen können Sie die Durchblutung anregen und die Heilung unterstützen. Direkte Sonneneinstrahlung ist zu vermeiden. Damit Sie eine optimale Nachbehandlung erhalten haben wir für Sie ein spezielles Nachbehandlungsangebot vorbereitet (Fragen Sie uns danach!).



Wann kann ich wieder Sport treiben oder arbeiten?

In den ersten Tagen sollte jede Mehrdurchblutung verhindert werden. Mehrdurchblutung führt immer zu einer Schwellung, welche die Wundheilung verlangsamt.

Nach ca. 14 Tagen können Sie aber bereits wieder sehr eingeschränkt sportlich aktiv sein. Intensive sportliche Aktivitäten können nach ca. 4-6 Wochen erfolgen.

Die Rückkehr an Ihren Arbeitsplatz hängt von den Anforderungen dort ab. Die Spanne liegt zwischen 5-21 Tagen (je nach Vorgehen und Heilung). Planen Sie also etwas Urlaub ein und bedenken Sie auch, wie viel Ihre Umgebung von dem Eingriff „sehen“ soll. Eine Schonung und vorsorgliche Umverteilung der zu erwartenden Aufgaben zu Hause (Einkaufen, Kinder und Hundebetreuung etc.) ist aber gerade in den ersten Tagen sinnvoll.

Gibt es Alternativen zur operativen Bruststraffung?

Wir bemühen uns stets den Eingriff so klein wie möglich zu gestalten. Eine reine nichtoperative Vorgehensweise ist aber leider nicht möglich.

Wie lange hält das Ergebnis an?

Den normalen Alterungsprozess oder erneute Gewichtszunahme bzw. Schwangerschaft kann auch eine Operation nicht stoppen. Dennoch kann man von einer langfristigen Formveränderung ausgehen.

Welche Qualifikation sollten Ärzte haben, die solche Operationen durchführen?

Bei uns werden ästhetische Eingriffe ausschließlich durch Fachärzte für Plastische & Ästhetische Chirurgie durchgeführt, die auf ästhetische Operationen spezialisiert sind. Die Berufsbezeichnung ist der einzige geschützte Begriff auf dem Gebiet der Ästhetischen Chirurgie. „Schönheitschirurg“ oder „Ästhetischer Chirurg“ kann sich jeder nennen und Qualifikation vortäuschen.

Wir sind u. a. ordentliche Mitglieder

der Dt. Gesellschaft der Plastischen, Rekonstruktiven und Ästhetischen Chirurgen (DGPRÄC),
der European Society of Plastic, Reconstructive and Aesthetic Surgery (ESPRAS)
und der International Confederation for Plastic, Reconstructive and Aesthetic Surgery (IPRAS).

Wir besitzen jahrelange Erfahrung und bilden uns regelmäßig auf nationalen und internationalen Kongressen weiter.

Was ist, wenn ich eine weitere Anreise habe?

Mit Patienten, die von sehr weit anreisen, führen wir ein erstes Telefongespräch, bei dem grundsätzliche Fragen geklärt werden. Bleibt ein OP- Wunsch bestehen können wir anhand eines geeigneten Fotos eine vorläufige Aussage treffen und einen OP-Termin organisieren. Bei einem Gespräch einen Tag vor der möglichen Operation prüfen wir endgültig ob eine Operation sinnvoll ist und auch medizinisch durchgeführt werden kann.

Damit Sie so viel Komfort wie möglich um den Eingriff herum haben organisieren wir gerne Anreise, Transfer vom/zum z.B. Flughafen und Unterbringung für Sie.

Wo kann ich vorher - nachher Fotos sehen?

Gerne zeigen wir Ihnen im Rahmen des persönlichen Beratungsgesprächs Vorher - Nachher Fotos.



PLASTISCHE CHIRURGIE VOM ÄSTHETEN

Kann ich die Kosten der Operation finanzieren lassen?

Ja! – Gerne sind wir Ihnen behilflich bei der Ausarbeitung einer individuellen Finanzierung.

Wo kann ich einen Termin zur Beratung vereinbaren?

Sie erreichen uns telefonisch unter 089 – 954719610, per E-Mail unter info@aestheten.de um weitere Informationen zu erhalten und einen Termin zur Beratung zu vereinbaren.

Ihr Ästheteten-Team freut sich auf Sie!



DIE ÄSTHETEN
– es ist so einfach –

Stand07-2018

Bitte beachten Sie!

Die Informationen, die Sie in unserem Patientenratgeber finden sind nur als eine Verständnishilfe für den interessierten, aufgeklärten Patienten zu verstehen. Sie ersetzen nie ein persönliches Gespräch mit einem Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie und eine patientenbezogene Untersuchung. Ebenso ist der Inhalt als eine Garantie für das Ergebnis einer Behandlung zu verstehen. Bevor Sie sich zu einer derartigen Operation entschließen, sollten Sie sich ausführlich mit Ihrem Plastischen Chirurgen beraten, welche Ergebnisse unter Berücksichtigung Ihrer persönlichen Vorstellungen und körperlichen Voraussetzungen realistisch erzielt werden können. Über spezielle und individuelle Risiken, Einschränkungen und Möglichkeiten wird Sie der Operateur gezielt aufklären.