



PLASTISCHE CHIRURGIE VOM ÄSTHETEN

KONTAKT & BERATUNG

Die Ästheteten - Medical Spa
Tal 13, 80331 München

plastischechirurgie@aestheteten.de
Tel.: +49 89 954719610

OPERATIVE EINHEIT MÜNCHEN

Anästhesie Gemeinschaftspraxis
Karlstraße 42, 80333 München

OPERATIVE EINHEIT BAD GRIESBACH

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



PATIENTENRATGEBER ZUM THEMA

BRUSTVERKLEINERUNG

Der Eingriff

Eine Brustverkleinerung kann bei vielen Frauen in narbensparender Technik angewendet werden. Sie heißt in Fachkreisen Mastopexie nach Lejour, ist bei uns mit einem 1 oder 2 tägigem stationärem Aufenthalt und einer Vollnarkose verbunden und dauert ca. 3 Stunden. Vor dem Eingriff wird das geplante Vorgehen zunächst angezeichnet. Im OP-Saal erfolgt dann 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. Teile der Brustdrüse werden entfernt und die Drüse nun neu geformt und angehoben (*Bei auffälligem Drüsengewebe oder auf Wunsch schicken wir das entnommene Brustgewebe zur feingeweblichen Untersuchung in ein Speziallabor*). 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. Bei sehr großen Brüsten ist es allerdings häufig nötig mit der herkömmlichen Techniken mit einer inversen, T-förmigen Narbe zu operieren. Welche Technik letztendlich zum Einsatz kommt hängt von den individuellen Voraussetzungen der Patientin (Brustgröße, Gewicht) ab.



Nach der Behandlung

Nach der Operation verbindet der Chirurg die Brüste mit einem Spezial Mieder, das für 6 Wochen getragen werden muss. Damit der Heilungsprozess möglichst schnell und reibungslos verläuft, sollten Sie sich nach dem Eingriff so viel wie möglich ausruhen. Ihre Arme sollten Sie drei bis fünf Tage so wenig wie möglich bewegen und anstrengendere Tätigkeiten mehrere Wochen meiden. Die Fäden werden nach 2-3 Wochen gezogen. Die zu Anfang geröteten Narben verblassen schnell und sind, in der Regel, nach ein paar Monaten nur wenig sichtbar. Schwellungen in den Brüsten sind Folge der bei operativen Eingriffen üblichen Gewebeschwellung und gehen in der Regel nach spätestens einem Monat zurück. Darüber hinaus fühlt sich der Busen möglicherweise in der ersten Zeit gespannt an, da sich die Haut erst an die neue Brustgröße gewöhnen müssen.

Kosten

Eine Brustverkleinerung inklusive aller Nebenkosten (Vor- und Nachsorge; Aufenthalt, Narkose, Implantate, Spezial-BH, jährliche Nachkontrolle) kostet ab 5.000 Euro, abhängig von der gewählten OP-Technik und der Dauer des Aufenthaltes.

Kurzinfo

OP-Dauer:	ca. 3-4 Std.
Narkose:	Vollnarkose
Klinikaufenthalt:	1 - 2 Nächte
Fädenentfernung:	nach ca. 14-21 Tagen
gesellschaftsfähig:	nach ca. 5 Tagen

Häufige Fragen und Antworten zur Brustverkleinerung

Wann sollte eine Brustverkleinerung frühestens durchgeführt werden?

Es gibt hier keine generelle Richtlinie. Grundsätzlich ist es aber sinnvoll kurz nach dem Eingriff keine deutliche Gewichtsreduktion oder eine Schwangerschaft zu planen.

Bin ich ein geeigneter Patient?

Ideale Voraussetzungen für eine Brustverkleinerung bestehen, wenn Sie

- mindestens 18 Jahre alt sind,
- allgemein in guter körperlicher Verfassung sind,
- bisher noch keine Brustoperation hatten,
- 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. Eine äußerliche Untersuchung ist notwendig, damit wir uns ein Bild über Lage und Größe Ihrer Brustdrüse machen können, über die Elastizität Ihrer Haut und über Ihren Knochenbau. Bei dieser Gelegenheit machen wir auch digitale Fotos zur Dokumentation und besprechen diese gleich am Bildschirm mit Ihnen.



Gerne können Sie zum Beratungsgespräch auch Fotos z.B. aus Magazinen mitbringen, die eine Brust zeigen, die Sie schön finden. Im Anschluss haben Sie natürlich auch Gelegenheit vorher-nachher Bilder zu sehen.

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.

Was kann ich durch eine Brustverkleinerung erreichen?

Eine Brustverkleinerung gibt Ihnen ein neues Körpergefühl. Viele Patientinnen sprechen sogar von einer Befreiung von einer Last, die Sie seit vielen Jahren belastet hat. Häufig bessern sich dadurch auch Rückenschmerzen und Verspannungen, da die, meist vorliegende Fehlhaltung nicht mehr vorliegt.

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. Wir empfehlen generell eine Krebsvorsorgeuntersuchung bei Frauen ab 35 Jahren. Eine Ultraschalluntersuchung der Brust oder eine Mammographie können Sie über Ihren Gynäkologen oder Hausarzt durchführen bzw. organisieren.

Was ist vor der Operation zu beachten?

Vor einem Brusteingriff sollten Sie Ihr Wunschgewicht erreicht haben. Größere Gewichtsschwankungen können das Endergebnis beeinflussen. Ihre Haut können Sie vor der Operation durch besondere Pflege vorbereiten und schützen und die Durchblutung durch kaltes Abduschen anregen. 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 und Nikotin sollten Sie weitgehend verzichten. Bitte achten Sie auch darauf, dass der OP Termin nicht mit dem Beginn Ihrer Regelblutung zusammenfällt.

Wie verläuft die Operation für mich?

Bevor der Anästhesist die Narkose einleitet, werden –je nach Schnittführung – die OP-Markierungen angezeichnet. Die Haut wird zur OP-Vorbereitung mehrfach desinfiziert. Durch gefäßaktive Lösungen kann die Blutung während der Operation stark vermindert werden. Damit sich keine Blutergüsse bilden oder Wundsekrete stauen, werden für ein bis zwei Tage Vakuumschläuche (Redondrainagen) gelegt. Am Ende des Eingriffs wird, noch in Narkose, die Brust verbunden.



Wie wird eine Brustverkleinerung durchgeführt?

Es gibt verschiedene Techniken zur Brustverkleinerung, die abhängig von Form und Größe der Brust sowie dem Grad der Vergrößerung angewendet werden können. In den meisten Fällen kann eine „narbensparende“ Technik (Lejour) angewandt werden. Nur selten ist eine invers T-förmige Schnittführung notwendig.

Bei der Technik mit vertikaler Narbe an der Brust (Lejour) werden zunächst Markierungen auf der Haut angezeichnet und dann die Haut dort durchtrennt. Die überschüssige Haut um den eventuell vergrößerten Warzenvorhof wird dabei auch entfernt. Je nach Befund wird dann die Haut seitlich vom Brustgewebe gelöst und der Hautschnitt gerade nach unten bis knapp oberhalb der Unterbrustfalte verlängert. Es folgt die anteilige Entfernung des Drüsengewebes mit Neuformung und Anhebung der Brustdrüse. Im Anschluss wird die überschüssige Haut an den Rändern zu beiden Seiten dieses Schnittes entfernt und die Haut nach Einlage von Drainagen wieder plastisch-chirurgisch, mehrschichtig vernäht. Noch in Narkose wird dann der Verband angelegt.

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

Die Operationszeit für eine Brustverkleinerung variiert zwischen 3 - 4 Stunden, abhängig von der Technik und der Anatomie der Patienten. Der Eingriff wird in Vollnarkose mit einer oder zwei Übernachtungen durchgeführt.

Was ist direkt nach der OP zu beachten?

Im Bett sollten Sie darauf achten, dass Sie nicht zu aktiv mit den Armen sind. Sie erhalten noch am Ende der Operation eine elastische Brustbinde um die Implantate an Ihrem Ort zu fixieren. Thrombosestrümpfe und einmal täglich eine Spritze zur Thromboseprophylaxe sind obligat für 2 Tage. Zudem sorgen wir mit einem speziellen Atemtraining dafür, dass sich die Lungen immer gut ausdehnen können. Die Wunddrainagen werden in der Regel nach 1- 2 Tagen entfernt. Vor der Entlassung bekommen Sie von uns noch einen speziellen BH angepasst.

In den ersten Tagen sollten Sie sich vorsichtig bewegen und übermäßige ruckartige Bewegungen und Muskelanspannungen wie Auf- oder Abstützen, vermeiden. Ihre Arbeitsfähigkeit ist meistens nach ca. 1 - 2 Wochen wiedererlangt. Sportliche Aktivitäten können nach 2-4 Wochen langsam gesteigert werden.

Ändert sich das Gefühl an der Brust oder Brustwarze?

Eine gewisse Änderung der Sensibilität ist kurz nach dem Eingriff normal und stellt sich meist nach einiger Zeit von alleine wieder ein. Eine bleibende Gefühlsstörung ist extrem selten und nur bei sehr großen Brüsten zu erwarten.

Sieht man die Narbe deutlich?

Bei normaler Wundheilung ist eine ebene, feine Narbenlinie zu erwarten. In Abhängigkeit des gewählten Vorgehens (siehe oben) kann die Narbe mehr oder weniger auffällig sein.

Wie viele Schmerzen werde ich haben?

In den ersten Tagen werden Sie ein Druckgefühl und typischen Wundschmerz verspüren, der jedoch sehr gut mit Schmerzmitteln zu behandeln ist. Nach wenigen Tagen sind diese Unannehmlichkeiten des Eingriffs mit oralen Schmerzmitteln sehr gut zu kontrollieren.



Ist eine Nachbehandlung erforderlich?

Ja, die Nachbehandlung ist sehr wichtig. Nach Entfernung der Fäden und vollständigem Abfallen der Krusten empfehlen wir ein spezielles Narbengel aufzutragen, das die Haut glatt und geschmeidig macht. Auch das konsequente Tragen von Silikonauflagen im Bereich der Narben ist anzuraten. Mit kalten Duschen können Sie die Durchblutung anregen und die Heilung unterstützen. Direkte Sonneneinstrahlung ist zu vermeiden. Sehr wichtig, um Schwellungen und blaue Flecken schneller und besser verschwinden zu lassen sind spezielle Ultraschallbehandlungen und Lymphdrainagen sinnvoll.

Damit Sie eine optimale Nachbehandlung erhalten haben wir für Sie ein spezielles Nachbehandlungsangebot vorbereitet (Fragen Sie uns danach!).

Den Spezial-BH tragen Sie für 6 Wochen.

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. 10-14 Tagen können Sie aber bereits wieder eingeschränkt Sport treiben. Intensive sportliche Aktivitäten können nach ca. 6 Wochen erfolgen.

Die Rückkehr an Ihren Arbeitsplatz hängt von den Anforderungen dort ab. Die Spanne liegt zwischen 7-21 Tagen. Eine Schonung und vorsorgliche Umverteilung der zu erwartenden Aufgaben zu Hause (Einkaufen, Kinder und Hundebetreuung etc.) ist aber gerade in den ersten Tagen sinnvoll.

Grundsätzlich kann es bis zu 6 Wochen (je nach Vorgehen) dauern, bis Sie sich wieder ganz belastbar fühlen. Wenn Sie allgemein eine gute Kondition haben, werden Sie sich schneller wieder erholen.

Gibt es Alternativen zu einer Brustverkleinerung?

Nein! - Die operative Brustverkleinerung ist die einzige Möglichkeit wenn der Wunsch nach einer kleineren Brust besteht. Lediglich bei der Art des Vorgehens gibt es Variationsmöglichkeiten, die im Gespräch mit einem Experten ausführlich erörtert werden sollten um das für Sie ideale Verfahren zu finden.

Wie lange hält das Ergebnis an?

Eine Brustverkleinerung formt Ihre Brust langfristig. Dennoch kann eine Verkleinerung der Brust keine lebenslang unveränderte Form gewährleisten. Der natürliche Alterungsprozess, starke Gewichtsschwankungen und Schwangerschaften können Ihre Brust in Ihrer Form verändern. Die Größe bleibt aber in der Regel unverändert. Eine Ausnahme bilden hier nur Schwangerschaft oder starke Gewichtszunahme.

Welche Qualifikation sollten Ärzte haben, die solche Operationen durchführen?

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



PLASTISCHE CHIRURGIE VOM ÄSTHETEN

Unsere Chirurgen sind u.a. ordentliche Mitglieder der Deutschen 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). Sie besitzen jahrelange Erfahrung und bilden sich 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 Beratungsgespräches Vorher – Nachher Fotos oder senden Ihnen diese per E-Mail.

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 oder per E-Mail unter plastischechirurgie@aestheten.de um weitere Informationen zu erhalten und einen Termin zur Beratung zu vereinbaren. Selbstverständlich können Sie auch direkt unser Kontaktformular auf unserer Webseite www.aestheten.de verwenden.

Ihr Ästheteten-Team freut sich auf Sie!



DIE ÄSTHETEN
– es ist so einfach –

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.