

# VDÄPC

## VEREINIGUNG DER DEUTSCHEN ÄSTHETISCH-PLASTISCHEN CHIRURGEN



VDÄPC • Bergmannstr.102 • 10961 Berlin

### Bauchdeckenstraffung/Bauchstraffung

Bei der Bauchdeckenstraffung bzw. Bauchstraffung – auch Abdominoplastik genannt – korrigiert der Ästhetisch-Plastische Chirurg die Bauchkontur, indem er überschüssiges Haut- und Fettgewebe operativ entfernt und zudem die Muskulatur der vorderen Bauchwand strafft.

#### Welche Gründe für eine Bauchstraffung gibt es und wann ist sie sinnvoll?

Eine Hautstraffung am Bauch kann das äußere Erscheinungsbild verbessern. Dies ist letztlich der entscheidende Grund dafür, dass sowohl Frauen als auch Männer sich zu der Operation entschließen. Für beide ist der Bauch eine wichtige Körperregion, deren Aussehen die Zufriedenheit mit dem eigenen Äußeren beeinflusst und zugleich eine Rolle dabei spielt, ob wir andere attraktiv finden. Besonders bei Frauen ist ein flacher Bauch ein wesentlicher Aspekt von Attraktivität, er gehört zur idealtypischen Sanduhrenform.

Bei extremen Hängebäuchen oder Bauchschürzen können jedoch auch praktische Aspekte eine Rolle spielen, wenn nämlich nur schwer passende Kleidung gefunden wird. Des Weiteren kann die überlappende Haut scheuern und sich entzünden und wird dann aus medizinischen Gründen entfernt.

Die Ursachen für das erschlaffte Gewebe liegen zumeist in einer starken Gewichtsreduktion oder einer Schwangerschaft. Die Bauchdeckenstraffung ist nur in den Fällen sinnvoll, in denen die Patienten ihr Wunschgewicht bereits (wieder) erreicht haben. Bei generellem Übergewicht beziehungsweise einer starken Fettansammlung im Bauchbereich ist die Straffung jedoch zunächst nicht die Behandlung der Wahl. Hier sollte zunächst versucht werden, das Gewicht durch Bewegung sowie eine Ernährungsumstellung zu reduzieren. Im Anschluss kann dann eine Fettabsaugung sinnvoll sein. Erst später, wenn das Wunschgewicht erreicht ist, kann die Bauchstraffung erfolgen.

#### Was muss vor einer Bauchstraffung beachtet werden?

Vor der Behandlung findet ein umfassendes Beratungsgespräch mit einem Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie statt. Darin werden die Gründe für die Bauchdeckenstraffung, die Behandlungsmöglichkeiten, Alternativen zur Operation sowie das gewünschte Ergebnis besprochen. Auch Risiken und mögliche Komplikationen werden thematisiert. Stellen Sie alle Ihre Fragen und schildern Sie auch Ihre eventuellen Bedenken. Ein guter Ästhetisch-Plastischer Chirurg wird darauf eingehen und Ihnen alles erläutern.

Weiterhin erfragt Ihr Facharzt in dieser Erstuntersuchung Ihren Gesundheitszustand – informieren Sie ihn über bestehende Vorerkrankungen und Allergien. Auch wird er Sie untersuchen, um das Ausmaß der Fettpolster an Ihrer vorderen Bauchwand feststellen sowie die Beschaffenheit Ihrer Bauchhaut einschätzen zu können.

Vereinigung der Deutschen  
Ästhetisch-Plastischen Chirurgen e. V.

Bergmannstr. 102  
10961 Berlin  
Fax +49 30 6900 405-11  
Internet [www.vdaepc.de](http://www.vdaepc.de)

Geschäftsstelle  
Simone Böcker  
Telefon +49 30 6900 405-10  
E-Mail [info@vdaepc.de](mailto:info@vdaepc.de)

Pressestelle  
Alexandra Schweickard  
Telefon +49 30 6900 405-12  
E-Mail [presse@vdaepc.de](mailto:presse@vdaepc.de)

### **Was passiert bei einer Bauchstraffung?**

In den meisten Fällen wird die Operation unter Vollnarkose durchgeführt. Nur bei kleinen Eingriffen – auch Miniabdominoplastik genannt – kann der Eingriff auch unter Lokalanästhesie vorgenommen werden.

Bei der vollständigen Bauchdeckenstraffung wird ein horizontaler Hautschnitt knapp oberhalb der Schamhaargrenze gelegt. Der Schnitt ist leicht bogenförmig und steigt in Richtung der Außenseiten bis auf Höhe der Hüftknochen an. Ein weiterer Schnitt wird um den Nabel gelegt, um diesen von der Haut des Bauches zu lösen. Die Bauchhaut wird nun von der vorderen Bauchwand bis an den Rippenbogen abgelöst. Um dann die vordere Bauchwand zu straffen, wird die unter der Haut liegende Muskulatur in der Mittellinie enger zusammengenäht. Im Anschluss wird das überschüssige Fett- und Hautgewebe entfernt und die Bauchdecke zur Straffung nach unten gezogen. Abschließend wird der Nabel in einer neuen Hautöffnung repositioniert. Bei kleineren Bauchstraffungen ist der Schnitt kürzer und eine Neupositionierung des Nabels ist nicht notwendig.

Für einen kurzen Zeitraum von etwa 24 Stunden werden über Drainagen Blut und Wundsekret abgeleitet. Die Kontur der vorderen Bauchwand ist nach dem Eingriff flacher und ebenmäßiger. Entlang der Schnitte bilden sich sichtbare Narben, die allerdings im Laufe der Zeit blasser werden.

### **Welche Risiken gibt es und welche Komplikationen können auftreten?**

Bei ästhetischen Operationen, die von qualifizierten Fachärzten vorgenommen werden, ist das Komplikationsrisiko sehr gering. Dennoch sind der Verlauf und das Ergebnis der Eingriffe nie ganz vorherzusehen, weshalb in sehr seltenen Fällen Komplikationen auftreten können. Die häufigsten Probleme sind Nachblutungen, Infektionen und Wundheilungsstörungen. Auch kleine Asymmetrien beim Verlauf der Narbe kommen mitunter vor.

Die Faktoren, die das Komplikationsrisiko erhöhen können, werden im Vorgespräch mit dem behandelnden Ästhetisch-Plastischen Chirurgen abgeklärt. Dazu können u. a. bestehende Allergien und Vorerkrankungen wie eine Blutgerinnungsstörung zählen. Raucher haben zudem generell ein erhöhtes Risiko für Wundheilungsstörungen.

### **Was muss nach der Bauchdeckenstraffung beachtet werden?**

Da die Bauchdeckenstraffung das Körpergefühl stark verändert, sollte der Eingriff dementsprechend vorbereitet und im Nachgang eine mehrwöchige Erholungs- und Schonzeit eingeplant werden. Nach der Operation werden die betreffenden Körperstellen durch einen Kompressionsmieder in Form gehalten, das auch dafür sorgt, dass die Wundheilung ohne Komplikationen stattfinden kann. Auch das Anschwellen des Wundbereiches kann durch die Kompression beschleunigt werden. Diese spezielle Kompression sollte mindestens zwei Monate Tag und Nacht getragen werden. Zudem

# VDÄPC

## VEREINIGUNG DER DEUTSCHEN ÄSTHETISCH-PLASTISCHEN CHIRURGEN



erhält der Patient vor der Bauchdeckenstraffung eine Thrombosespritze und Anti-thrombosestrümpfe werden angelegt. Die Drainagen zur Ableitung von Blut und Wundsekret werden in der Regel am Tag nach der Bauchstraffung entfernt. Nach etwa zwei Wochen ist der Patient wieder arbeitsfähig, bei schwerer körperlicher Arbeit sollte jedoch etwas mehr Schonzeit eingeplant werden. Leichtere sportliche Aktivitäten wie Schwimmen oder Radfahren sind etwa einen Monat nach dem Eingriff wieder möglich. Auf Krafttraining sollte hingegen mindestens drei Monate verzichtet werden.

Zur Beobachtung des Heilungsverlaufes sollten regelmäßig Kontrolluntersuchungen durchgeführt werden. Ihr behandelnder Facharzt wird diese Termine sowie weitere Aspekte der Nachsorge mit Ihnen besprechen.