

VDÄPC

VEREINIGUNG DER DEUTSCHEN ÄSTHETISCH-PLASTISCHEN CHIRURGEN



VDÄPC • Bergmannstr.102 • 10961 Berlin

Vereinigung der Deutschen
Ästhetisch-Plastischen Chirurgen e. V.

Bergmannstr. 102
10961 Berlin
Fax +49 30 6900 405-11
Internet www.vdaepc.de

Geschäftsstelle
Simone Böcker
Telefon +49 30 6900 405-10
E-Mail info@vdaepc.de

Pressestelle
Alexandra Schweickardt
Telefon +49 30 6900 405-12
E-Mail presse@vdaepc.de

Brustverkleinerung

Die Brustverkleinerung – auch Mammareduktion genannt – bedeutet die operative Entfernung von überschüssigem Haut- und Brustgewebe aus unterschiedlichen Bereichen der Brust abhängig von der jeweiligen Technik sowie eine Versetzung der Brustwarze. Dadurch wird eine kleinere, leichtere und festere Brust erreicht.

Gründe für eine Brustverkleinerung

Ausgeprägte Kurven mitsamt einem vollen Dekolleté stellen in unserer Gesellschaft weibliche Schönheitsideale dar. Jedoch können übergroße, hängende Brüste für Frauen auch zu einer körperlichen Belastung werden. Zum einen können sie ein ästhetisches Problem darstellen und das Körperbewusstsein einer Frau beeinträchtigen. Zum anderen bringen zu große Brüste häufig auch ein körperliche Beschwerden mit sich. Denn das hohe Gewicht führt zu Problemen im Nacken- und Rückenbereich. Die Folge sind Verspannungen, Kopfschmerzen oder auch Haltungsschäden. Hinzu kommen mitunter eine entzündete Haut in der Brustumschlagfalte sowie einschneidende BH-Träger. Zudem kann auch der Alltag beeinträchtigt sein, wenn die Brüste z. B. beim Sport hinderlich sind oder das sexuelle Erleben negativ beeinflussen.

Varianten der Brustverkleinerung

Im Laufe der Zeit hat sich eine Vielzahl von Operationstechniken herausgebildet. Generell wird bei der Brustverkleinerung Fett- und Drüsengewebe sowie Haut von den Brüsten entfernt. Dadurch wird die Form verbessert und die Brustwarze versetzt. Zudem kann gleichzeitig der Warzenhof verkleinert werden. Das Gewebe wird meist aus den unteren und seitlichen Bereichen der Brust entnommen. Mit den verbleibenden Anteilen formt der Plastische Chirurg die neue Brust. In manchen Situationen kann es andererseits erforderlich sein, ein Brustimplantat einzusetzen, wenn das eigentliche Brustvolumen im Verhältnis zur Größe des Hautmantels sehr klein ist. Die Brustwarzen werden in der Regel zusammen mit Nerven und Blutgefäßen versetzt. Dadurch ist gewährleistet, dass Sie auch nach der Brustverkleinerung weitgehend normal empfinden. Oft wird sogar die Fähigkeit zum Stillen behalten.

Es gibt keine Operationsmethode, die für alle Situationen und Patientinnen geeignet ist. Vielmehr entscheiden körperliche Voraussetzungen und Wünsche der einzelnen Patientin, über die Wahl der Technik. Das Ziel ist es, für die jeweilige Patientin eine kleinere und zum übrigen Körper proportional passende Brust zu formen. Die einzelnen Techniken unterscheiden sich im sichtbaren Narbenverlauf. Für die Patientinnen ist wichtig, dass auf der Brust möglichst wenig sichtbare Narben verbleiben. Die Wahl der Methode hängt vom Ausmaß der Verkleinerung des Drüsengewebes sowie des Hautmantels ab. Diesbezüglich unterscheidet man sog. narbensparende Techniken mit Narben am Rand des Brustwarzenhofs und von dort ausgehend nach unten. Bei

VDÄPC

VEREINIGUNG DER DEUTSCHEN ÄSTHETISCH-PLASTISCHEN CHIRURGEN



deutlich ausgeprägteren Hautüberschüssen kann darüber hinaus eine Narbe im Verlauf der Brustumschlagfalte notwendig sein..

Bei einem Eingriff, bei dem nur ein sehr kleiner Hautüberschuss am Rand des Warzenhofs entfernt werden muss, kann dieser in seltenen Fällen unter örtlicher Betäubung durchgeführt werden. In der Regel wird Ihnen der Plastische Chirurg zu einer Vollnarkose raten.

Vor der Brustverkleinerung

Vor Ästhetisch-Plastischen Operationen findet ein umfassendes Beratungsgespräch mit einem Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie statt. Darin geht es um Gründe für die Brustverkleinerung, Alternativen zur OP, die persönlichen Vorstellungen sowie die körperlichen Voraussetzungen der Patientin. Das Ziel ist es, für jede Patientin individuell die geeignete Behandlungsmethode zu finden. Außerdem werden potenzielle Risiken und Komplikationen besprochen.

Es ist sehr wichtig, dass Sie sich bei Ihrem behandelnden Facharzt wohl fühlen und Vertrauen entwickeln. Ein guter Ästhetisch-Plastischer Chirurg wird sich Zeit zur Beantwortung Ihrer Fragen nehmen. Wenn Sie Bedenken haben, die nicht ausgeräumt worden sind, holen Sie sich eine zweite Meinung ein und wechseln Sie gegebenenfalls den Arzt.

Mögliche Komplikationen und Risiken

Auch bei einer Brustverkleinerung kann es unter Umständen zu Komplikationen und unerwünschten Nebenerscheinungen kommen. Bei Eingriffen, die von einem qualifizierten Ästhetisch-Plastischen Chirurgen durchgeführt werden, sind die Risiken gut kalkulierbar. Gleichwohl ist das Ergebnis nicht immer vollständig vorhersehbar. Denn jede Patientin weist individuelle anatomische und physiologische Besonderheiten auf.

Durch den postoperativen Heilungsprozess kann es durch Veränderungen der betroffenen Haut- und Geweberegionen zu leichten Unterschieden der Brustform kommen. Größere Veränderungen können eventuell nach mehreren Monaten in einem weiteren kleinen Eingriff korrigiert werden. Besonders bei großen Reduktionsgewichten ist ein Gefühlsverlust an der Brustwarze nicht ausgeschlossen. In sehr seltenen Fällen können Durchblutungsstörungen dazu führen, dass Gewebe abgestoßen wird. In diesem Fall müsste mit einem erneuten Eingriff das betroffene Gewebe durch körpereigene Haut ersetzt werden.

Blutungen und Infektionen treten nicht sehr häufig auf. Wenn sie jedoch vorkommen, können sie zu breiteren Narben führen. Sie selbst können dieses Risiko senken, indem Sie vor und nach der OP den Anweisungen des Plastischen Chirurgen folgen. Raucher haben generell ein erhöhtes Risiko einer schlechten Wundheilung und breiterer Narben. Denn der Blutfluss in der Haut wird dadurch behindert, was zu Wundheilungsstörungen an den Hautschnitten oder der Brustwarze führen kann.

VDÄPC

VEREINIGUNG DER DEUTSCHEN ÄSTHETISCH-PLASTISCHEN CHIRURGEN



Um das Risiko von vornherein zu verringern, sollten Sie Allergien (z. B. gegen Medikamente oder Pflegemittel) oder andere Krankheiten mitteilen. Auch über eine Neigung zu starken blauen Flecken und anhaltende Blutungen nach kleinen Verletzungen sollten Sie Ihren Arzt informieren.

Nach der Brustverkleinerung

Neben der ausführlichen Vorbereitung ist für das gewünschte Ergebnis auch ein entsprechendes Verhalten nach dem Eingriff entscheidend. Ihr Plastischer Chirurg gibt Ihnen Anweisungen zur Erholungsphase und Nachbehandlung.

Wird die OP in Narkose durchgeführt, ist in den meisten Fällen ein stationärer Aufenthalt von einigen Tagen notwendig. Der Verband und das Tragen eines speziell angepassten BHs in den ersten Wochen nach dem Eingriff sorgt dafür, dass die Brüste stabilisiert werden und damit die Wundheilung unterstützt wird. Meist wenige Tage nach der Brustverkleinerung ist das normale Befinden weitgehend wiederhergestellt. Je nach Naht- und Verbandtechnik kann nach wenigen Tagen wieder wie gewohnt geduscht und mit der Hautpflege begonnen werden. Resorbierbare Fäden lösen sich von selbst auf, andere Fäden müssen nach Maßgabe des Plastischen Chirurgen nach entsprechender Zeit entfernt werden. Nach etwa drei bis vier Wochen sind die Patientinnen für gewöhnlich wieder voll arbeitsfähig.

In den Wochen direkt nach der Operation sollten Sie Ihre Arme eher vorsichtig bewegen. Der Schlaf sollte vorwiegend in Rückenlage stattfinden. Zur Verringerung des Komplikationsrisikos und zur Förderung des Heilungsprozesses, sollten Sie nach der Brustverkleinerung etwa sechs Wochen aufs Rauchen verzichten. Des Weiteren sollten Sie und Ihr Partner die erste Zeit behutsam mit Ihren Brüsten umgehen. Dies gilt auch für Sport und Haushaltsarbeit. Bei Schwellungen und Spannungen in den ersten Wochen können Lymphdrainagen die Heilung fördern. Bei Rötung, Schmerzen oder Wundnässen sollten Sie Ihren behandelnden Plastischen Chirurgen umgehend informieren.

Bei der Entlassung aus der Klinik werden Sie zudem über alle weiteren Maßnahmen zur Nachbehandlung sowie über Kontrolluntersuchungen und entsprechende Termine informiert.



Die Brustverkleinerung auf einen Blick

- **Behandlungsart:**

stationär

- **Vor der Operation:**

- Beratungsgespräch
- ggf. zweite Meinung
- Allergien und Vorerkrankungen mitteilen

- **Dauer der Operation:**

- meist 2 bis 3,5 Stunden

- **Narkose:**

- Vollnarkose (bei Drüsenentfernung)
- örtliche Betäubung/Dämmerschlaf (bei reiner Fettabsaugung)

- **Nach der Operation:**

- kurzer Klinikaufenthalt
- 3 Wochen körperliche Schonung
- Stütz-BH
- Nikotinverzicht
- Wundpflege

- **Endergebnis:**

- nach ca. 3 Monaten sichtbar