



VDÄPC
VEREINIGUNG DER DEUTSCHEN
ÄSTHETISCH-PLASTISCHEN CHIRURGEN

Bruststraffung



Bruststraffung

Die Bruststraffung (Mastopexie) ist die operative Korrektur einer abgesunkenen, erschlafften Brust. Bei der Behandlung wird überschüssiges Gewebe entfernt, um eine straffere, festere und jünger aussehende Brust zu erzielen. Häufig wird auch die Brustwarze mitbehandelt, indem ein vergrößerter Warzenhof verkleinert und die Brustwarze insgesamt angehoben wird. Das Ziel der Bruststraffung ist ein natürlich schönes Erscheinungsbild einer wohlgeformten und strafferen Brust.

Ursachen für schlaife Brüste

Eine gewisse Unterschwere der weiblichen Brust ist vollkommen natürlich. Entwickelt sich jedoch im unteren Brustbereich ein zu weiter, durchhängender Hautmantel, erschlaffen die Brüste. Dafür kann es verschiedene Gründe geben:

- Schwangerschaften und Stillzeiten
- starke Gewichtsschwankungen/Gewichtsreduktionen
- natürlicher Alterungsprozess
- schwaches Bindegewebe
- großes Brustvolumen
- Hormonschwankungen

Welche Möglichkeiten der Bruststraffung gibt es?

Im Bereich der Bruststraffung gibt es eine Vielzahl von verschiedenen Behandlungs- beziehungsweise Schnitttechniken. Dabei haben sich drei Methoden besonders etabliert:

Benelli-Methode

Bei diesem Eingriff erfolgt ein kreisförmiger Schnitt um die Brustwarze. Die Anwendung eignet sich für kleinere Brüste und geringe Straffungen.

Narbensparende oder I-Technik

Der Schnitt wird um die Brustwarze gesetzt und verläuft darunter senkrecht in Richtung Unterbrustfalte. Diese Methode eignet sich für kleinere und mittelgroße Brüste. Bei Bedarf können bei der OP das Brustvolumen verkleinert oder Seitenunterschiede (Asymmetrien) angeglichen werden.

L-Methode oder T-Methode

Für größere und stark herabhängende Brüste eignen sich die L- oder T-Methode. Zusätzlich zur zuvor genannten Schnittführung (I-Technik) wird ein weiterer Schnitt entlang der Brustumschlagfalte gesetzt. Dieser kann je nach Befund einseitig (L-Methode) oder beidseitig (T-Methode) erfolgen.

Überdies kann die Bruststraffung entweder als alleiniger Eingriff oder in Kombination mit einer Brustverkleinerung oder Brustvergrößerung stattfinden. Ist ein größeres Brustvolumen gewünscht, kommen Implantate oder die Eigenfettmethode infrage.



Was ist vor der Bruststraffung wichtig?

Vor jeder ästhetisch-plastischen Behandlung findet ein ausführliches Beratungsgespräch mit einem Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie statt. Besprochen werden dabei:

- Gründe für eine Bruststraffung
- alternative Behandlungsmöglichkeiten
- persönliche Vorstellungen sowie körperliche Voraussetzungen der Patientin
- Ablauf der Behandlung
- Nachsorgemaßnahmen
- Risiken und potenzielle Komplikationen
- Kosten der Bruststraffung

Nach der Bruststraffung

Im Anschluss an die Bruststraffung bleiben die Patientinnen meist für zwei bis drei Tage in der Klinik. Ein spezieller Kompressions-BH hält die Brüste nach dem operativen Eingriff in Form und unterstützt die Wundheilung. Bereits wenige Tage nach der Bruststraffung ist das normale Befinden weitgehend wiederhergestellt.

Je nach Naht- und Verbandstechnik kann nach wenigen Tagen wieder wie gewohnt geduscht und mit der Hautpflege begonnen werden. Resorbierbare Fäden lösen sich von selbst auf, andere Fäden verbleiben bis zu fünf Wochen, um eine feine Narbenbildung zu unterstützen. Nach etwa drei bis vier Wochen sind die Patientinnen für gewöhnlich wieder voll arbeitsfähig.

Während der ersten Wochen sollten folgende Punkte beachtet werden:

- Oberarme sehr vorsichtig bewegen und nicht über Schulterniveau heben
- in Rückenlage und mit erhöhtem Kopf schlafen

- mindestens 6 Wochen auf Nikotin verzichten; bestenfalls gar nicht rauchen
- etwa 6 Wochen schonen und körperliche Überanstrengungen vermeiden (u. a. Sport, Haus- und Gartenarbeit)
- behutsamer Umgang mit den Brüsten

Mögliche Risiken und Komplikationen

- Schwellungen
- Rötungen
- Hämatome
- Vorübergehendes Taubheitsgefühl
- Spannungs- oder Druckgefühl
- Leichte Schmerzen
- Bewegungseinschränkungen

Zu den allgemeinen OP-Risiken gehören zudem Nachblutungen, Wundheilungsstörungen, Infektionen, Entzündungen und breite Narben. Durch die Wahl eines erfahrenen und speziell ausgebildeten Facharztes für Plastische und Ästhetische Chirurgie lassen sich diese Risiken auf ein Minimum reduzieren. Auch die Einhaltung der ärztlichen Nachsorgehinweise trägt zu einer schnellen und möglichst komplikationslosen Heilung bei.

Was kostet eine Bruststraffung?

Nach der Untersuchung und der Beratung über den Eingriff wird der jeweilige Preis individuell von dem behandelnden Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie fallabhängig berechnet. Für eine erste Orientierung finden Sie hier beispielhafte Erfahrungswerte über die ungefähre Größenordnung der zu erwartenden Eingriffskosten bei einer Bruststraffung: ca. 4.500,- bis 8.000,- Euro.

Die angegebenen Preisspannen sind mögliche Richtwerte und ersetzen nicht das persönliche Gespräch mit einem qualifizierten Arzt.

Hinweise zu den Kosten: Im persönlichen Beratungsgespräch klärt der Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie nach eingehender Untersuchung über die zu erwartenden Kosten einer Behandlung auf. Hierfür gibt es verbindliche Vorschriften, sodass die Preise in allen medizinischen Einrichtungen nach den gleichen Vorgaben berechnet werden. Rabatte und Preisnachlässe sind nicht zulässig.

Unterschiede in den Preisen ergeben sich dadurch, dass sich die Eingriffe patientenbezogen unterscheiden, teilweise komplexer oder mit unterschiedlichem Materialaufwand verbunden sind. Ärzte sind verpflichtet, ihre Leistungen nach der Gebührenordnung für Ärzte (GOÄ) abzurechnen. Kliniken rechnen bei medizinisch-indizierten Behandlungen nach dem Fallpauschalensystem ab, je nach Kliniktyp werden zudem teilweise Besonderheiten in der Unterbringung und Verpflegung gesondert abgerechnet.

Wie finde ich den geeigneten Arzt?

Die Arztsuche beziehungsweise die Arztwahl ist für den Verlauf und das Ergebnis einer Bruststraffung sehr wichtig. Daher sollten Sie sich genügend Zeit nehmen, um den richtigen Experten für Ihr Anliegen zu finden. Neben der Qualifikation des Arztes ist es ebenso wichtig, dass Sie ihm vertrauen und sich wohl fühlen.

Für eine zufriedenstellende und möglichst komplikationslose Behandlung sollten Sie sich unbedingt einem Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie anvertrauen. Er ist Spezialist auf dem Gebiet der sogenannten Schönheits-OPs. Bezeichnungen wie „Schönheitschirurg“, „Kosmetischer Chirurg“ oder „Beauty Doc“ sind hingegen nicht rechtlich geschützt und lassen somit keine verlässlichen Rückschlüsse auf die Qualifikation des Arztes zu.

Außerdem können Sie auf Folgendes achten:

- Erfahrung des Arztes
- Mitgliedschaften in renommierten Fachgesellschaften
- Patientenbewertungen/-erfahrungen
- Empfehlungen von Fachkollegen
- Seriosität bei der Beratung
- Erscheinungsbild der Praxis/Klinik
- Bauchgefühl/Vertrauen

Notizen

Herausgeber: Die Vereinigung der Deutschen Ästhetisch-Plastischen Chirurgen (VDÄPC) ist die größte Fachgesellschaft Ästhetischer Chirurgen in Deutschland. Die Mitglieder der VDÄPC sind sowohl niedergelassene Ärzte als auch Klinikärzte auf dem Fachgebiet der Plastischen und Ästhetischen Chirurgie. Die Mitglieder der VDÄPC müssen sich über die Ausbildung zum Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie hinaus kontinuierlich weiterbilden, um das fachliche Wissen und die praktischen Fertigkeiten auf einem konstant hohen und aktuellen Niveau zu halten.

Wir sind für Sie da!



VDÄPC
Joachimsthaler Str. 31-32
10719 Berlin



E-Mail
info@vdaepc.de



Telefon
+49 30 887273760



Web
www.vdaepc.de



Instagram
www.instagram.com/vdaepc



Facebook
www.facebook.com/vdaepc



Fotos

© iStock (Titelblatt, S.3)