



VDÄPC
VEREINIGUNG DER DEUTSCHEN
ÄSTHETISCH-PLASTISCHEN CHIRURGEN



Fachbeitrag auf myBody.de: Die VDÄPC informiert über Po-Behandlungen

VDÄPC Trendcheck

#8 Po-Behandlung

Text: Anna-Lena Zechel, VDÄPC



Ein wohlgeformter, straffer und knackiger Po zählt nicht erst seit den Kardashians zum Schönheitsideal vieler Menschen. Mit gezielten Übungen und Trainingseinheiten im Fitnessstudio arbeiten sowohl Frauen als auch Männer an der perfekten Form des Gesäßes. Doch nicht jeder ist mit dem Aussehen zufrieden oder kann allein mit Disziplin und Sport den gewünschten Traumkörper erreichen. Wird der eigene Po als zu klein, zu groß, zu schlaff oder als unförmig empfunden, stehen in der Ästhetisch-Plastischen Chirurgie verschiedene Behandlungen zur Auswahl, um den Po den individuellen Wünschen und Vorstellungen anzunähern. Der Trend zum schönen Hintern, zum Knack-Po, zum Bubble-Butt ist dabei seit Längerem zu beobachten.

Eigentlich sehen wir ihn selbst eher selten, denn immerhin befindet er sich auf unserer Rückseite und entzieht sich vor allem beim Sitzen jeglichen Blicken. Dennoch hat das Schönheitsideal des Pos in den vergangenen Jahren immer mehr an Bedeutung und Zuspruch gewonnen. Wie viele der heutigen Trends geht auch der perfekte Hintern zu großen Teilen auf den Einfluss von Social Media zurück. Zusammen mit dem Bewusstsein für einen gesunden, fitten und trainierten Körper setzen Prominente und Influencer oftmals auch den „Allerwertesten“ in Szene. Hashtags wie #glutes (zu Deutsch Pobacken) besitzen beinahe 7,5 Millionen Beiträge. Und auch wenn es nicht an den Erfolg seines Namensvetters anschließen konnte, so ist das sogenannte Belfie (Zusammensetzung aus butt (Po) und selfie (Selbstporträt)) ein beliebtes Motiv zahlreicher Nutzer geworden. Figurbetonte Kleidung setzt zudem seit jeher ebenfalls einen entscheidenden Fokus auf das Hinterteil, der die Wahrnehmung frühzeitig prägt und beeinflusst.

Die Individualität des Körpers und der Po-Formung

Der Wunsch zum knackigen und wohlgeformten Gesäß kommt vor allem dann auf, wenn die Personen bereits eine gewisse Grundfitness besitzen und Formen und Konturen weiter optimieren möchten. Jeder Körper ist individuell und manch einer mehr, der andere wieder weniger gut mit dem richtigen Maß an „Sitzfleisch“ gesegnet. Vor allem bei dünnen Personen ist es oftmals schwer, einen vollen und runden Po durch Sport aufzubauen. Des Weiteren kann die Form des Gesäßes von Natur aus „unvorteilhaft“ sein oder die Straffheit aufgrund natürlicher Prozesse (z. B. Alterung, Schwangerschaft, Gewichtsabnahme) nachlassen. In diesen Fällen kann die Ästhetisch-Plastische Chirurgie Abhilfe schaffen, doch Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie sowie VDÄPC-Präsident Prof. Dr. Detlev Hebebrand mahnt: „Schönheitstrends auf Social-Media-Kanälen sind oft gefährlich oder unterliegen einer kurzen Zeit. Seriöse Ästhetisch-Plastische Chirurgen achten bei der Beratung darauf.“ Im Repertoire der Po-Formung befinden sich unter anderem die Po-Verkleinerung, die Po-Vergrößerung und die Po-Straffung, die jeweils mit verschiedenen Methoden umgesetzt werden können.

Die Po-Straffung für ein knackiges Erscheinungsbild

Gewebeerschaffungen und -überschüsse sind etwas ganz Natürliches, führen jedoch oftmals zu Frustration und Unwohlsein. Sowohl durch Schwangerschaften und Gewichtsveränderungen als auch durch den normalen Alterungsprozess kann das Gewebe an Straffheit und Festigkeit verlieren. Das betrifft nicht nur

Körperstellen wie das Gesicht oder den Bauch, sondern eben auch den Po. VDÄPC-Präsident Prof. Dr. Detlev Hebebrand: „Die Po-Straffung zielt darauf ab, überschüssiges und hängendes Fett- sowie Hautgewebe dauerhaft zu reduzieren, um dem Gesäß somit eine völlig neue Erscheinung zu geben.“ Die Schnittführung erfolgt meist in den natürlichen Hautfalten unterhalb des Pos. Das tiefere Fettgewebe wird bei der Behandlung häufig neupositioniert, um ein harmonisches Ergebnis eines festen und runden Pos zu erzielen. Das sogenannte Po-Lift findet in Vollnarkose statt und bietet sich an, wenn eine deutliche Gesäßerschaffung vorliegt, bei der der obere Teil des Gesäßes flach und der untere Teil besonders füllig und hängend erscheint.

Po-Verkleinerung per Liposuktion

Neben einem zu kleinen oder zu flachen Po kann das Gesäß auch als zu füllig und somit disharmonisch wahrgenommen werden. In diesem Fall besteht die Möglichkeit, das überschüssige Fettgewebe mithilfe einer Fettabsaugung (Liposuktion) zu reduzieren. Die Liposuktion findet je nach Umfang der Behandlung in örtlicher Betäubung mit Dämmerschlaf oder in Vollnarkose statt. Mithilfe einer feinen Kanüle werden die unliebsamen Fettzellen aus dem Gesäß entnommen und der Po somit den Wünschen entsprechend modelliert und konturiert. Dafür sind nur minimale Hautschnitte von wenigen Millimetern notwendig, die zügig und in der Regel narbenfrei wieder abheilen. Allerdings können nach Liposuktionen am Gesäß durch den Volumenverlust sekundäre Straffungen erforderlich werden.

Die Po-Vergrößerung: Implantate oder Eigenfett?

Eine weitere Möglichkeit der individuellen Po-Formung ist die Vergrößerung. Diese kann sowohl mit speziellen Implantaten, die der Chirurg in das Gewebe einsetzt, als auch mittels körpereigener Fettzellen erreicht werden. Insbesondere die Nachfrage nach der Eigenfetttransplantation, die als Brazilian Butt Lift bekannt geworden ist, stieg dabei an. Zu den Vorteilen der Eigenfettbehandlung gehören: • natürliche Materialien • keine Fremdkörper • keine Schnitte im Bereich des Pos • natürliche Ergebnisse • Mitformung der Spenderzone, aus der die benötigten Fettzellen entnommen werden (z. B. Bauch, Oberschenkel) Durch eine Liposuktion werden die Fettzellen entnommen, gereinigt und aufbereitet, bevor sie letztendlich in das Gesäß injiziert werden. Die Unterspritzung mit körpereigenem Fett ermöglicht eine präzise und individuelle Volumengewinnung, die der Ästhetisch-Plastische Chirurg dank seines ästhetischen Gespürs und Geschicks gezielt modellieren kann. Nach der

Injektion wachsen die Fettzellen in das umliegende Gewebe ein und führen somit zu einer bleibenden Vergrößerung. Da nicht alle Fettzellen zwangsläufig einheilen, können für ein optimales Ergebnis mehrere Behandlungen notwendig sein. Ob das Brazilian Butt Lift oder Po-Implantate zur Po-Vergrößerung infrage kommen, ist stets eine individuelle Entscheidung, die der Arzt mit den Patientinnen und Patienten bespricht.

Fazit: Möglichkeiten der Po-Formung

Die Po-Formung umfasst verschiedene Methoden, die sich an die Voraussetzungen und Wünsche der Patientinnen und Patienten individuell anpassen lassen. Vor allem das Brazilian Butt Lift stand aufgrund von beobachteten Risiken (z. B. Fettembolien) in der Kritik. Im Bereich des Gesäßes verlaufen zahlreiche Blutbahnen, die zum Herzen führen. Gelangen Fettzellen durch eine fehlerhafte Injektion in dieses venöse System, können daraus schwerwiegende Folgen entstehen. „Aus diesem Grund appellieren wir, dass sich Patientinnen und Patienten ausschließlich an einen speziell ausgebildeten und erfahrenen Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie wenden mögen“, betont Prof. Dr. Hebebrand. Wird die Po-Formung – sei es eine Verkleinerung, eine Vergrößerung per Implantat oder eben das Brazilian Butt Lift – von einem ausgewiesenen Spezialisten mit der erforderlichen Qualifikation durchgeführt, verringern sich die Risiken für Komplikationen auf ein Minimum. Das Ziel einer Po-Formung ist ein ästhetisches Aussehen des Gesäßes, das zu den übrigen Körperproportionen harmonisch passt und möglichst narben- sowie risikoarm erzielt wird.

Über die VDÄPC

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 Plastische und Ästhetische Chirurgie. Qualitätssicherung und Patientensicherheit stehen bei der VDÄPC an erster Stelle. So bilden sich VDÄPC-Mitglieder über die Ausbildung zum Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie hinaus kontinuierlich weiter, um das fachliche Wissen und die praktischen Fertigkeiten auf einem konstant hohen und aktuellen Niveau zu halten.

www.vdaepc.de

Hinweise zu dieser Veröffentlichung

Dieser Artikel wurde auf dem unabhängigen Informationsportal **myBody.de** veröffentlicht.

Unter dem Titel

„VDÄPC Trendcheck: #8 Po-Behandlung“

informiert die VDÄPC über aktuelle Trends und medizinische Möglichkeiten der Po-Formung – von Straffung über Verkleinerung bis hin zur Vergrößerung – und betont dabei die Bedeutung individueller Beratung sowie die Risiken und Anforderungen an eine fachgerechte Durchführung durch spezialisierte plastische Chirurgen.

Quelle:

Das Original des Fachbeitrags finden Sie auf myBody.de unter:
<https://www.mybody.de/po-behandlung-vdaepec-trendcheck.html>
© myBody.de / VDÄPC

Fotos: Nikolas_jkdi | Shutterstock

