



Fachbeitrag auf myBody.de: Die VDÄPC informiert über Gynäkomastie und erklärt, wann die Männerbrust zur Belastung werden kann.

VDÄPC Trendcheck

#12 Gynäkomastie – wenn die Männerbrust zur Belastung wird

Text: VDÄPC



Eine vergrößerte männliche Brust – medizinisch Gynäkomastie – belastet viele Betroffene körperlich und seelisch. Ursache ist meist ein Ungleichgewicht im Hormonhaushalt – als Folge wächst das Brustdrüsengewebe. Eine Korrektur-OP der Männerbrust kann die Brust verkleinern und maskuliner erscheinen lassen.

Echte Gynäkomastie vs. Lipomastie

Unterschiede und Behandlung

Wichtig ist die Unterscheidung: Bei der **echten Gynäkomastie** vergrößert sich die Brust durch **Drüsengewebe**. Von **Lipomastie** („**unechter Gynäkomastie**“) spricht man, wenn vor allem **Fettgewebe** für das Volumen verantwortlich ist – häufig begünstigt durch Übergewicht oder Substanzen wie Anabolika. Die Diagnose steuert die Therapie: Während bei der echten Gynäkomastie Drüsengewebe entfernt wird, genügt bei der Lipomastie oft eine Fettabsaugung (Liposuktion).

Allerdings sind auch Mischformen häufig. Daher kommt es vor, dass die Chirurgin oder der Chirurg im Verlauf einer Liposuktion auch Drüsengewebe entfernen muss.



Dr. Alexander Schönborn

Präsident der VDÄPC

Es ist ein häufiges Vorurteil, dass ästhetisch-plastische Eingriffe nur der Selbstoptimierung dienen. Im Gegenteil: Viele der häufigen Eingriffe, die Chirurginnen und Chirurgen der VDÄPC vornehmen, lösen medizinische Probleme und verbessern die Lebensqualität deutlich.

Gynäkomastie Beratung und Diagnostik

Die Basis jeder Therapie

Am Anfang stehen ein **ausführliches Gespräch** und die **körperliche Untersuchung** beim Facharzt oder der Fachärztein für Plastische und Ästhetische Chirurgie. Dabei werden **Gründe, Erwartungen und Alternativen** besprochen. Eine Ultraschalluntersuchung kann helfen, eine echte Gynäkomastie von einer Lipomastie zu unterscheiden.

Gynäkomastie OP Ablauf

Wie die Männerbrust korrigiert wird

Der Eingriff erfolgt in **Vollnarkose oder in örtlicher Betäubung**. Die OP beginnt in aller Regel mit einer **Fettabsaugung** – danach lässt sich **bei Bedarf überschüssiges Drüsengewebe leichter entfernen**.

Um Blut und Wundsekret abzuleiten, werden für ein bis zwei Tage Drainagen eingelegt. Der Eingriff dauert meist **60 bis 90 Minuten**. Bei **stark ausgeprägter Gynäkomastie** kann eine **ergänzende Hautstraffung** nötig sein.

Lipomastie Behandlung

Fettabsaugung zur Brustform-Optimierung

Liegt hauptsächlich Fettgewebe vor, lässt sich die Brustform häufig mit einer Fettabsaugung verbessern. Über **feine Zugänge werden die Depots gelöst und abgesaugt** – mit dauerhaftem Effekt. Lebensstil- und Gewichtsmanagement sind aber wichtig, um das Ergebnis zu stabilisieren.

Nach der Gynäkomastie OP

Heilung, Alltag und Sport

Unmittelbar nach der OP stabilisiert **ein Verband das Gewebe, mindert Schwellungen und Blutergüsse**. Drainagen werden in den ersten Tagen entfernt, Fäden nach etwa sieben bis zehn Tagen. **Nach rund einer Woche sind die meisten Patienten wieder gesellschaftsfähig**. Sport und schwere körperliche Belastungen sollten für drei bis sechs Wochen pausieren.

Risiken der Gynäkomastie-OP

Was kann auftreten?

Vorübergehende **Schwellungen, Rötungen, Blutergüsse, ein Taubheitsgefühl oder Spannungs- und Druckempfindlichkeit** sind grundsätzlich möglich. **Wundheilungsstörungen, Infektionen oder überschießende Narben sind selten**. Eine sorgfältige Nachsorge und das Befolgen der ärztlichen Empfehlungen senken das Risiko.

Häufigkeit der Gynäkomastie-OP

Die Gynäkomastie-Korrektur **zählt zu den häufigsten ästhetisch-plastischen Operationen bei Männern**. In der VDÄPC-Behandlungsstatistik 2024 rangiert die Gynäkomastie unter den Top-5 Operationen bei Männern – nach der Oberlidstraffung. Damit bestätigt sich: Der Wunsch nach einer flacheren, maskulineren Brust ist weit verbreitet und die Korrektur etabliert.



Dr. Alexander Schönborn

Präsident der VDÄPC

Eine Gynäkomastie wird besonders von jungen Männern als sehr unschön empfunden, zumal sie oft asymmetrisch auftritt. Es fällt ihnen schwer, engere T-Shirts zu tragen oder sich beim Sport oder im Sommer mit freiem Oberkörper zu zeigen, da sie sich den spöttischen Blicken der anderen ausgesetzt fühlen. Nach der Operation erleben wir eine hohe Zufriedenheit. Viele Patienten blühen psychologisch regelrecht auf – sie fühlen sich endlich wohl in ihrem Körper.

Gynäkomastie Kosten

Orientierung und Transparenz bei der OP

Die Kosten für den Eingriff werden nach individueller Befundlage kalkuliert.

Kalkuliert. Der persönliche Befund, der Umfang des Eingriffs zum Beispiel mit einer Hautstraffung und der Behandlungsrahmen (ambulant/teilstationär) beeinflussen die Summe.

Fazit: Gynäkomastie steigert Lebensqualität Selbstbewusstsein

Orientierung und Transparenz bei der OP

Die Korrektur einer Gynäkomastie kann Lebensqualität und Körpergefühl deutlich verbessern.

Entscheidend sind die korrekte Diagnose, eine realistische und einfühlsame Beratung und eine präzise Operation durch erfahrene Fachärztinnen und Fachärzte für Plastische und Ästhetische Chirurgie.

Über die VDÄPC

Die **Vereinigung der Deutschen Ästhetisch-Plastischen Chirurgen (VDÄPC)** ist der größte Fachverband ästhetisch-plastischer Chirurginnen und Chirurgen in Deutschland. Ihre mehr als 100 Mitglieder haben sich höchsten Qualitätsstandards und größtmöglicher Patientensicherheit verpflichtet.

Weitere Informationen und Arztsuche: www.vdaepc.de

Hinweise zu dieser Veröffentlichung

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

Unter dem Titel

„VDÄPC Trendcheck: #Gynäkomastie – wenn die Männerbrust zur Belastung wird“ beleuchtet die VDÄPC die medizinischen, hormonellen und psychischen Hintergründe der vergrößerten Männerbrust und zeigt auf, wie eine gezielte Diagnostik und operative Korrektur die Lebensqualität deutlich verbessern kann. Die **Vereinigung der Deutschen Ästhetisch-Plastischen Chirurgen (VDÄPC)** betont dabei die Bedeutung erfahrener Fachärztinnen und Fachärzte sowie individueller, realistisch geplanter Behandlungskonzepte für nachhaltige Ergebnisse.

Quelle:

Das Original des Fachbeitrags finden Sie auf myBody.de unter:

<https://www.mybody.de/gynaekomastie-maennerbrust-diagnose-op-vdaepc-trendcheck.html>

© myBody.de / VDÄPC

Fotos: Roman Samborskyi | Shutterstock

