




vitalitas

Brustverkleinerung





Manche Frauen haben von Natur aus sehr große Brüste oder empfinden ihren Busen als zu groß. Durch die Größe und das Gewicht der Brüste kann es zu Einschränkungen der Bewegung und beim Sport kommen. In der Folge können sich Haltungsschäden, Verspannungen im Schulter- und Nackenbereich und Kopfschmerzen entwickeln. Häufig leiden diese Frauen dann auch unter psychischen Problemen wie Störungen des Selbstbewusstseins und des Körperempfindens.



1. *Möglichkeiten und Grenzen einer Brustverkleinerung*

Die Mammareduktionsplastik ist eine Methode um Brüste zu verkleinern. Je nach Ausgangsgröße kann ein von Ihnen gewünschtes kleineres Brustvolumen angestrebt werden. Sehr oft wird zur reinen Brustverkleinerung noch eine Bruststraffung und damit eine Verlagerung der Brustwarzen in eine neue Position nach oben nötig. Bei dem Eingriff können außerdem stärkere Ungleichheiten zwischen beiden Brüsten (Asymmetrien) ausgeglichen werden.

Die Stillfähigkeit wird durch die Brustverkleinerung in manchen Fällen, abhängig von der verwendeten Technik, eingeschränkt. Dies sollten Interessentinnen bei der Planung einer Operation berücksichtigen.

Eine Brustverkleinerung kann das Aussehen verbessern, das Selbstbewusstsein stärken und die durch die Größe bedingten Beschwerden lindern. Um den Erfolg des Eingriffes planbar zu machen, sollten Sie eine klare Vorstellung haben, wie Sie sich das optimale Ergebnis vorstellen. Sie können anhand von Fotos dem Operateur Ihre persönliche Wunschvorstellung demonstrieren. Es sind meist sehr persönliche Gründe, die für eine Brustverkleinerung sprechen. Die eigene Zufriedenheit und das damit verbundene Wohlbefinden sollten bei der Entscheidung im Vordergrund stehen. Mehr Zufriedenheit mit dem Aussehen kann sich dabei direkt und indirekt durchaus positiv auf das Privatleben und auch auf das Berufsleben auswirken.

Besprechen Sie in aller Offenheit mit Ihrem Plastischen Chirurgen Ihre Erwartungen an die Operation, Ihre Wünsche und Vorstellungen. Nach der Untersuchung wird Ihnen Ihr Arzt entsprechend der Gegebenheiten (Hautbeschaffenheit, Form und Größe der Brust) und Ihrer Wünsche die geeigneten Operationsverfahren genau erklären. Er wird mit Ihnen besprechen, was für ein Ergebnis realistisch möglich ist, wo die späteren Narben verlaufen werden und wieweit sich Ihr Wunsch verwirklichen lässt.

2. Die Risiken

Die Brustverkleinerung ist keine einfache Operation, aber allgemein mit niedrigen Risiken verbunden. Wie bei jedem chirurgischen Eingriff können plötzlich auftretende Komplikationen nicht ganz ausgeschlossen werden. Die möglichen Komplikationen werden am besten in einem persönlichen Gespräch zwischen Ihnen und dem Operateur besprochen.

Wie bei jedem anderen Eingriff können Blutergüsse und Schwellungen auftreten. Nur in seltenen Fällen müssen diese durch eine entlastende Operation behoben werden, in der Regel heilen diese jedoch nach einigen Tagen bis Wochen von selbst ab.



In seltenen Fällen kann sich die Wunde entzünden oder es treten Wundheilungsstörungen auf, die später zu breiteren Narben führen können. Auch Durchblutungsstörungen oder Gefühlsminderungen der Brustwarze sind extrem selten. Oft spielen dabei Faktoren wie etwa starkes Rauchen, eine Diabeteserkrankung oder eine Blutgerinnungsstörung eine Rolle. Die einzelnen Punkte werden im Beratungsgespräch ausführlich erläutert.

Eine Heilungsverzögerung hat jedoch keinen Einfluss auf die neue Brustform. Eine eventuelle Narbenverbreiterung kann durch eine kleine spätere Korrektur wieder ausgeglichen werden.

Werden bei der Operation feinste Hautnerven durchtrennt, kann sich in diesem Areal die Haut vorübergehend taub anfühlen. Erfahrungsgemäß verschwinden diese Empfindungsstörungen von selbst. Über den Verlauf von entstehenden mehr oder weniger sichtbaren Narben wird Sie Ihr Operateur aufklären.

Beide Brüste sind vor und nach der Operation nie vollkommen symmetrisch. Durch die Operation soll eine bestmögliche Symmetrie erreicht werden. Sollten in Einzelfällen auffällige Abweichungen der Symmetrie nach dem Eingriff feststellbar sein, so kann dies in einem späteren Korrektur-eingriff beseitigt werden.





3. Die Vorbereitung

Ab dem 30. Lebensjahr sollten Sie vor der OP eine Mammographie anfertigen lassen. Wenn Sie regelmäßig Medikamente einnehmen, besprechen Sie das vorher mit dem Arzt. Auf keinen Fall dürfen Sie zwei Wochen vor dem Eingriff Aspirin oder aspirinhaltige Medikamente einnehmen, da diese die Blutgerinnung hemmen.

Vor der Operation sollten Sie in einem guten gesundheitlichen Zustand sein.

Schränken Sie einige Tage vor der Operation Alkoholgenuß ein und verzichten Sie möglichst ganz auf Nikotin.

Planen Sie für die Zeit danach eine freie Woche ein. In den ersten Tagen nach dem Eingriff sind Sie körperlich noch nicht voll einsatzfähig.

Klären Sie vor der Operation alle noch offenen Fragen.

4. Die Operation

Je nachdem wie umfangreich der Eingriff ist, kann eine Brustverkleinerung ambulant oder, bei größeren Eingriffen, stationär erfolgen. Der Eingriff dauert in der Regel zwischen zwei und dreieinhalb Stunden.

Technik

Es gibt verschiedene Methoden der Brustverkleinerung. Am häufigsten wird überschüssiges Drüsen- und Fettgewebe im unteren Brustbereich entfernt und mit einer Verlagerung der Brustwarze nach oben und evtl. einer Verkleinerung der Brustwarze kombiniert.

In manchen Fällen wird die Brustverkleinerung mit einer Fettabsaugung im Bereich der Brust kombiniert. Insbesondere bei sehr breitem Brustansatz kann dadurch das Ergebnis verbessert werden.

Vor dem Eingriff werden die vorgesehenen Hautschnitte und die neue Position der Brustwarzen meist im Sitzen oder im Stehen auf die Haut gezeichnet. Nach Desinfektion des Operationsgebietes und steriler Abdeckung werden die notwendigen Hautschnitte (Inzisionen) gesetzt. Danach wird Haut und Gewebe an den vorgesehenen Stellen entfernt, die neue Brust wird inklusive Brustwarzen neu geformt.

Die Nähte verlaufen in der Regel um die Brustwarzen herum, darunter senkrecht zur unteren Brustfalte. Bei größeren Brüsten oder stärker erschlafften Brüsten ist die Anlage einer waagerechten Naht in der unteren Brustfalte notwendig, sodass sich eine umgekehrt L- oder T-förmige Narbe ergibt. Am Ende der Operation wird ein Verband oder ein BH angelegt, um die postoperative Schwellung abzumildern. Kleine Drainagen ermöglichen den Abfluss von Wundflüssigkeit während der ersten Zeit nach dem Eingriff.

Die technischen Details der unterschiedlichen Operationen erklärt Ihnen gerne Ihr Operateur.



5. Die Narkose

Brustverkleinerungen werden meist in Vollnarkose vorgenommen. Die Vollnarkose hat den Vorteil, dass der Stress für den Patienten deutlich gemindert ist. Ob Sie narkosefähig sind oder nicht, entscheidet der Anästhesist nach einer eingehenden Untersuchung. Der Narkosearzt ist während der gesamten Operation anwesend und steuert die Narkose.

6. Die Nachsorge

In den ersten Tagen nach der Operation helfen kühlende Maßnahmen die Schwellung zu begrenzen, da Ihre Brüste in den ersten Tagen empfindlich reagieren werden.


Leichte Schmerzen im Wundgebiet sind normal. Gegen den postoperativen Schmerz werden Schmerzmittel verordnet.

Bei plötzlich auftretenden Schmerzen, Blutungen oder Gefühlstörungen sprechen Sie bitte sofort mit Ihrem Operateur. Auch bei allen anderen Unklarheiten setzen Sie sich bitte umgehend mit Ihrem Arzt in Verbindung.

In regelmäßigen Abständen wird die Heilung kontrolliert. Die Drainagen werden innerhalb der ersten Tage nach der Operation entfernt. Die Hautfäden werden innerhalb der ersten drei Wochen gezogen.

Nach wenigen Tagen können sie Verbände entfernt werden. Sie unterstützen das Ergebnis und die Heilung, wenn Sie in den ersten 3-6 Wochen nach der Operation einen eng anliegenden, stützenden BH tragen.

Die Narben werden einige Monate härter und rötlich erscheinen. Danach werden sie nach und nach blasser und unauffälliger. Die Narbenausbildung kann durch geeignete Cremes unterstützt werden. Um Pigmentveränderungen zu vermeiden, sollten Sie die Narben mindestens 6 Monate nicht der Sonne aussetzen.





Blutergüsse und Schwellungen vergehen zum größten Teil innerhalb der ersten zwei Wochen. Bei manchen Patienten kann die Abschwellung länger dauern, eine leichte Schwellneigung kann – insbesondere bei warmer Witterung – noch einige Monate bestehen.

In den ersten 4 Wochen sollten Sie sich nicht anstrengen. Bitte heben Sie in dieser Zeit keine schweren Gegenstände oder die Arme über Schulterhöhe, da sonst starker Zug auf die Hautnähte ausgeübt wird und die Wundheilung beeinträchtigt wird. Ab wann Sie arbeiten bzw. Ihre übrigen gewohnten Aktivitäten wieder aufnehmen können, beraten Sie am besten mit Ihrem Operateur.

Ihre Brüste werden anfänglich druckempfindlich sein. In der Regel ist dies spätestens drei bis vier Wochen nach der Operation vorüber.

Sobald die Wunddrainagen entfernt sind, können Sie duschen; auf warme Vollbäder im Bereich der Brüste sollte Sie einige Wochen verzichten. Welche Hautpflege Sie verwenden, besprechen Sie am besten mit dem Arzt. Es kann sinnvoll sein, bei Schwellungen oder Blutergüssen entsprechend wirksame Salben oder Cremes zu verwenden.





Nach einigen Tagen können Sie einen ersten Eindruck von der neuen Form Ihrer Brüste bekommen. Das endgültige Ergebnis wird sich nach drei bis sechs Monaten zeigen. Ihr Arzt wird sich anstrengen, die entstehenden Narben so schmal und unauffällig wie möglich zu machen, vermeiden kann man sie nicht völlig. In Einzelfällen wird eine Nachkorrektur das Ergebnis noch weiter verbessern.

Die Brustverkleinerung führt zu einer deutlichen Änderung Ihres Aussehens und Ihres Körpergefühls. Nach der Brustverkleinerung sind die meisten Frauen sehr zufrieden mit dem Ergebnis ihrer Operation und genießen ihr neues Aussehen. Die Patienten berichten über ein höheres Aktivitätsniveau und gesteigerte Lebensfreude. Sollte durch Gewichtsveränderungen oder Altersveränderungen ein erneuter Eingriff sinnvoll erscheinen so ist dies in der Regel möglich. Bitte vereinbaren Sie regelmäßige Kontrolltermine bei Ihrem Plastischen Chirurgen, damit das Langzeitergebnis beobachtet werden kann.



Freuen Sie sich

Bei richtiger Indikationsstellung und realistischer Erwartungshaltung sind die meisten Patienten sehr zufrieden mit dem erzielten Ergebnis. Die Verbesserung des äußeren Erscheinungsbildes bedeutet häufig den Beginn eines „neuen Lebens“ mit mehr Selbstzufriedenheit und einem gesteigerten Selbstwertgefühl.

Was ist der nächste Schritt?

Keine Broschüre kann ein individuelles Beratungsgespräch ersetzen. Der nächste Schritt zu Ihrem Wunschziel ist die Terminvereinbarung mit unseren Spezialisten.

Rufen Sie an: **Tel. 06321 – 937808**

Unser freundliches Team vereinbart gerne einen Termin für Sie! Wir wünschen uns, dass Sie sich wohlfühlen.

Vitalitas Ästhetik

Univ. Prof. Dr. Günter Germann & Team