




**vitalitas**

**Fettabsaugung**







Eine straffe, von Natur aus gut konturierte Figur wird von vielen Menschen angestrebt. Im Laufe des Lebens finden sich aber bei den meisten Menschen kleine Fettpölsterchen an Oberschenkeln, Gesäß, Bauch, Hüften, Oberarmen, im Gesicht oder am Hals, die auch mit Diät und Sport nicht mehr verschwinden. Darüber hinaus gibt es bei ansonsten schlanken Menschen mitunter hartnäckige Fettansammlungen in begrenzten Körperregionen, die ebenfalls Diätmaßnahmen und/oder gezielten Gymnastikübungen trotzen.

Ein typisches Beispiel dafür ist das als „Reithosen“ bekannte Erscheinungsbild bei manchen Frauen: die Fettreservoirs sitzen an der Außenseite der Oberschenkel und bilden kleine Dellen auf der Hautoberfläche („Orangethaut“). Sie können in seltenen Fällen die Haut so stark dehnen, dass tiefere Hautschichten in Mitleidenschaft gezogen werden. Das Ergebnis sind unschöne „Schwangerschaftsstreifen“.

Das typisch männliche Fettdepot sitzt am Bauch. Aber auch im Bereich von Kinn und Hals sind die sogenannten „Fettgewebsfehlverteilungen“ bei Männern und Frauen häufig und besonders störend, weil sie sich nicht durch Kleidung kaschieren lassen.

Die Fettabsaugung, auch Liposuktion oder Aspirationslipektomie genannt, bietet die Möglichkeit, örtlich begrenzte Fettdepots loszuwerden und der Figur schärfere Konturen und schönere Proportionen zu verleihen.



## **1. Möglichkeiten und Grenzen einer Liposuktion**

Eine Liposuktion macht vor allem dann Sinn, wenn sich überproportional viel Fett an umschriebenen Stellen angesammelt hat.

Je schlanker die Silhouette und je umschriebener das Fettpolster ist, desto bessere Ergebnisse sind zu erwarten. Bei übergewichtigen Menschen, bei denen die Fettpolster mehr oder weniger gleichmäßig verteilt sind, können begrenzte Gebiete ebenfalls behandelt werden, die Methode ist aber nicht als Maßnahme zur Reduktion des Körpergewichts geeignet! Das Absaugen verbessert auch nicht die Elastizität der Haut. Die überschüssige Haut wird nicht entfernt, sondern passt sich von selbst an die neuen Konturen an. Diese Heilung kann durch präoperative Gymnastik unterstützt werden.

## **2. Die Risiken**

Die größten Gefahren, über die auch in den Medien immer wieder berichtet wird, sind sog. „Megasaugungen“, bei denen einfach zu große Mengen abgesaugt werden, ohne dass der Kreislauf der Patienten durch entsprechende Infusionen unterstützt wird. Unsterile Arbeitsbedingungen

und Unkenntnis über die korrekte Technik stellen weitere Risikofaktoren dar, mit denen besonders bei nicht qualifizierten Anbietern zu rechnen ist. Die Liposuktion ist dagegen eine komplikationsarme und sehr sichere Operation, wenn Sie korrekt und unter entsprechenden Bedingungen ausgeführt wird!

Wie bei jedem chirurgischen Eingriff können aber auch dann plötzlich auftretende Komplikationen nicht ganz ausgeschlossen werden. Am häufigsten sind nach einer Liposuktion Blutergüsse oder Schwellungen. Sie verheilen jedoch in der Regel von selbst. Wie lange der Heilungsprozess dauert, ist individuell verschieden.

Werden bei der Operation feinste Hautnerven durchtrennt, kann sich in diesem Areal die Haut vorübergehend taub anfühlen. Erfahrungsgemäß verschwinden diese Empfindungsstörungen von selbst.

In ganz seltenen Fällen kann sich die Wunde wenige Tage nach dem Eingriff entzünden. Solche Infektionen sind jedoch sehr selten. Meist heilen sie unter geeigneter Antibiotikatherapie ab. Sie können, müssen aber nicht das Ergebnis verschlechtern. Ebenso selten können auch Wundheilungsstörungen auftreten. Diese können unter bestimmten Umständen entstehen, wenn etwa starkes Rauchen, eine Diabeteserkrankung oder eine Blutgerinnungsstörung den Heilungsprozess stören. Beim geringsten Verdacht sollten Sie sofort den Operateur kontaktieren.

## 2. Die Vorbereitung

1. Auf keinen Fall dürfen Sie zwei Wochen vor dem Eingriff Aspirin oder aspirinhaltige Medikamente einnehmen, da diese die Blutgerinnung hemmen.
2. Wenn Sie regelmäßig andere Medikamente einnehmen, besprechen Sie das vorher mit dem Arzt.
3. Vor der Operation sollten Sie in einem guten gesundheitlichen Zustand sein.
4. Schränken Sie einige Tage vor der Operation Alkohol- und Nikotingenuss auf ein Minimum ein.
5. Planen Sie für die Zeit danach eine freie Woche ein. In den ersten Tagen nach dem Eingriff sind Sie körperlich noch nicht voll einsatzfähig.
6. Klären Sie vor der Operation alle noch offenen Fragen.





### 3. Die Operation

Je nachdem, wie umfangreich der Eingriff ist, kann eine Fettabsaugung ambulant oder, bei größeren Eingriffen, stationär vonstatten gehen. Die stationäre Aufnahme hat den Vorteil, dass sie nach der Operation eine sichere Betreuung durch geschultes Personal gewährleistet. Die Dauer der Operation hängt nicht nur von der Größe und Anzahl der Fettpolster, sondern auch von der gewählten Narkoseform und Operationstechnik ab. Beim Reithosenbefund z. B. dauert das Absaugen etwa 60 bis 90 Minuten.


#### Technik

Es gibt verschiedene Methoden der Liposuktion. Wie bevorzugen die Tumescenz Technik, Dabei wird das Unterhautfettgewebe vor dem Absaugen mit Flüssigkeit prall aufgefüllt, damit sich die Fettzellen leichter entfernen lassen. Ein Cocktail aus physiologischer Kochsalzlösung, einem örtlichen Betäubungsmittel und einem Medikament mit gefäßverengender Wirkung hat den Vorteil, dass die Lösung gleichzeitig betäubend und blutstillend wirkt. Bei ausreichender Wartezeit werden die Verbindungen der Fettzellen untereinander gelockert und der aus Bindegewebe bestehende Aufhängeapparat der Fettzellen geschont. Die infiltrierte Flüssigkeitsmenge entspricht bei dieser Methode in etwa der Menge an abzusaugendem Fettgewebe. Die Haut kann sich nach der Operation besser zusammenziehen.

Bei kleineren Saugungen hat diese Technik darüber hinaus den Vorteil, dass sie in Kombination mit einem Beruhigungsmittel auch in örtlicher Betäubung durchgeführt werden kann.

Um die Bindegewebestrukturen zu schonen, in denen die Fettzellen verankert sind, stehen zwei weitere Verfahren zur Verfügung. Sie sind besonders dann geeignet, wenn Fett aus Gebieten mit viel Bindegewebe abgesaugt wird, beispielsweise aus dem oberen Rücken oder der männlichen Brust. Bei der Ultraschall-Assistierten Aspirationslipektomie (UAL) verwendet der Operateur eine spezielle Kanüle, die im Fettgewebe Ultraschallenergie abgibt. Diese sprengt die Fettzellen, worauf das verflüssigte Fett abgesaugt wird. Das zweite Verfahren, die Power Assisted Liposuction (PAL), basiert auf der physikalischen Trägheit der Haut. Eine stumpfe Metallkanüle wird in Vibration versetzt. Der entstehende Sog zieht nur das gelockerte Fettgewebe an, nicht aber die Bindegewebsstrukturen. Weil das Bindegewebe geschont wird, kann die Haut über der Wunde besser verheilen. Wir verwenden alle gebräuchlichen Methoden in Abhängigkeit von den körperlichen Voraussetzungen und der Hautbeschaffenheit der Patienten.


Über die unsichtbar platzierten Minischnitte, über die die Tumescenzlösung infiltriert wurde, führt der Operateur nach einer Wartezeit von ca. 45 Minuten dünne Kanülen ein, um das Fettgewebe abzusaugen. Den nötigen Unterdruck erzeugt eine Vakuumpumpe. Im allgemeinen wird in der Tiefe eine etwas größere Kanüle verwendet um größere Mengen



des „tiefen Fetts“ zu entfernen. Näher zur Hautoberfläche werden nur dünne Kanülen verwendet, um das Zusammenziehen der Haut nach der Operation zu fördern und das Risiko der „Dellenbildung“ zu verkleinern. Anschließend wird die Wunde vernäht und ein möglichst straff sitzender Verband oder ein Kompressionsmieder angelegt, um die Schwellung so gering wie möglich zu halten. Die Flüssigkeit, die gleichzeitig mit dem Fett verloren geht, wird durch eine Infusion während und nach dem Eingriff ersetzt.

#### **4. Die Narkose**


Je nachdem, wie viele und wie große Areale abgesaugt werden und welche Methode zum Einsatz kommt, findet eine Liposuktion unter Vollnarkose oder unter örtlicher Betäubung statt. Die Vollnarkose hat den Vorteil, dass der Stress für die Patienten deutlich gemindert wird. Ob ein Patient narkosefähig ist oder nicht, entscheidet der Anästhesist nach einer eingehenden Untersuchung. Der Narkosearzt ist während der gesamten Operation anwesend und steuert die Narkose.



Bei bestimmten Operationstechniken kann die Absaugung unter örtlicher Betäubung durchgeführt werden. Zusätzlich zu dem Betäubungsmittel bekommt die Patientin oder der Patient dann ein Beruhigungsmittel, das ihn – oder sie – in eine Art Dämmer Schlaf versetzt. Im wachen und entspannten Zustand ist außer einem leichten Ziehen, Zupfen oder Bohren während des Eingriffs kein Schmerz zu spüren. Das beruhigende Medikament kann als Tablette genommen, oder aber in die Armvene gespritzt werden.

## 5. Die Nachsorge

1. Vor der Operation sollte schon entsprechende Kompressionskleidung (Mieder, Hosen) besorgt sein, die noch im OP angezogen werden. Sie werden in Abhängigkeit vom Befund für 3-6 Wochen getragen.
2. In den ersten Tagen nach der Operation helfen Eisbeutel, die Schwellung zu begrenzen. Sie dürfen sie aber nicht direkt auf die Haut legen.
3. In den ersten Wochen nach dem Eingriff müssen Sie etwas Geduld haben. Zwar sehen Sie schon bald einen deutlichen Unterschied. Doch über das endgültige Ergebnis können Sie sich erst nach mindestens sechs Wochen freuen, wenn die wesentlichen Schwellungen zurückgegangen sind.

- 
4. Nehmen Sie die verordneten Medikamente genau nach Anweisung ein.
  5. Leichte Schmerzen, brennende und vorübergehend taube Haut im Operationsgebiet vergehen innerhalb weniger Tage. Sie können gegen den postoperativen Schmerz nach Anweisung Schmerzmittel einnehmen.
  6. Die Fäden werden nach etwa zehn Tagen gezogen.
  7. So bald wie möglich sollten Sie sich wieder bewegen. Wenn sie aufstehen und gehen, reduzieren Sie die Schwellung und die Wahrscheinlichkeit von Venenthrombosen.
  8. In den ersten vier Wochen sollten Sie sich nicht anstrengen. Ab wann Sie wieder arbeiten können, hängt von Ihrer Tätigkeit ab.
  9. Duschen ist ab dem dritten Tag problemlos möglich.
  10. Bei Schwellungen oder Blutergüssen können Sie entsprechende Salben, Cremes oder Pflaster verwenden. Sie vergehen meist innerhalb der ersten zwei Wochen. Besonders im Sommer kann eine leichte Schwellneigung bei manchen Menschen einige Monate andauern.
  11. Anticelluliteprodukte dürfen Sie erst dann direkt auf die Nahtstellen auftragen, wenn diese völlig verheilt sind.



## **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