

Dr. med. Stefan Weindel
Facharzt (FMH)
Plastische, Rekonstruktive
und Ästhetische Chirurgie,
Chirurgie und Handchirurgie

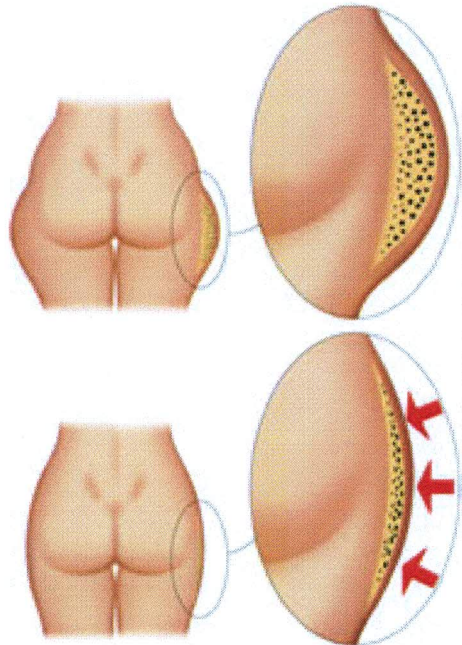
Fettabsaugung (Liposuktion)

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient

Sie wollen sich einer Fettabsaugung (Liposuktion, Fettgewebkonturierung) unterziehen, weswegen ich Ihnen hier einige nützliche Informationen zusammengestellt habe.

Problembereich

Hartnäckige, weder einer Reduktionsdiät noch gezielter Gymnastik zugängliche Fettpölsterchen kommen bei vielen Frauen und auch Männern vor. Sie können überall am Körper, vor allem aber direkt unter der Haut, an den Oberarmen, im Gesichts- und Halsbereich, den Hüften, am Gesäss und Bauch oder im Bereich der Oberschenkel sitzen. Allgemein bekannt ist das, Frauen betreffende Phänomen der sogenannten Reithosendeformität mit überschüssigen Fettablagerungen an Hüften und Oberschenkeln, meist in Verbindung mit unschönen Eindellungen der Oberhaut.



Die überschüssigen Fettdepots unter der Haut können in manchen Fällen zu einer Verminderung der Hautdurchblutung führen und bei massivem Auftreten sogar die Oberhaut derart dehnen, dass sich in den tieferen Hautschichten Dehnungstreifen, wie Schwangerschaftsstreifen ausbilden, welche nicht wieder rückgängig gemacht werden können. Die unregelmässigen Konturen z.B. der Hüften und Oberschenkel beim Reithosenbefund, bzw. auch Polster an Wangen, Kinn und Hals können sehr störend sein, besonders bei Menschen die im übrigen mit ihrer Figur und ihrer Erscheinung zufrieden sind. Während sich die Polster am Körper noch durch geschickte Kleidung verbergen lassen, sind



solche Fettgewebsfehlverteilungen im Bereich von Kinn und Hals häufig sehr auffällig und können eine an sich schlanke Person leicht etwas behäbig erscheinen lassen.

Was bewirkt eine Fettabsaugung?

Eine straffe, von Natur in den Konturen definierte Figur ist selten. Viele Menschen machen daher Sport, achten auf ihr Gewicht und machen gegebenenfalls eine Diät zur Gewichtsreduktion. Dadurch verbessert sich die Haltung, der Körper wird straffer und elastischer. Oft aber halten sich störende Polster, eben sogenannte Fettgewebsfehlverteilungen, von Unterhautfettgewebe, die weder durch Diät noch gezieltes Training noch äussere Massnahmen wie Massagen beeinflussbar sind. Dies kann bei der im übrigen schlanken Figur ein Wulst an den Hüften sein oder vermehrtes Fett an den Oberschenkeln oder ähnliches. Genau hier kann eine gezielte, sorgfältige Absaugung des Unterhautfetts die Problematik verbessert, bzw. beheben. Je schlanker jemand ist, je umschriebener die Fettpolster sind, desto schöner wird das Ergebnis der Fettabsaugung sein. Die Beschaffenheit der Haut vor dem Eingriff spielt dabei eine wichtige Rolle, da diese sich durch den Eingriff nicht wesentlich verändern kann. Die Haut sollte im Idealfall straff und elastisch sein, um sich im Anschluss an die Absaugung gut anlegen zu können. Die Fettabsaugung ist aber kein Ersatz für Gewichtsreduktion durch Diät und sportliches Training, sondern dient durch die örtlich begrenzte Entfernung hartnäckiger Fettpolster der verbesserten Körperkonturierung und Proportionierung der Figur.

Ihre persönlichen Vorstellungen und Erwartungen

Für den Operationserfolg ist es wichtig, dass Sie ihre Figur möglichst nüchtern betrachten und sich genau über die einzelnen Veränderungen klar werden, welche Sie stören. Die operative Entfernung überschüssiger Fettdepots kann gezielt klar abgrenzbare Polster beheben. Wenn Sie anhand einer aktuellen Photographie zeigen, was Sie gerne verändern lassen möchten, kann evtl. das gewünschte Ergebnis eingezeichnet werden. Die persönlichen Gründe für eine Fettabsaugung sind vielfältig, für manche Berufe ist das Aussehen wichtiger als für andere. In jedem Fall jedoch sollte das persönliche Wohlbefinden im Vordergrund stehen. Eine Verbesserung der äusseren Erscheinung kann sich durchaus positiv auf das Berufs- und Privatleben auswirken. Diese Effekte dürfen dabei weder überbewertet noch unterschätzt werden.

Risiken der Fettabsaugung

Im allgemeinen sind Operationen zur Fettabsaugung mit einem niedrigen Operationsrisiko behaftet. Bei einem operativen Eingriff sind das Ausmass und die Dauer von Schwellungen und Blutergüssen, die nach jeder Operation zu erwarten sind, individuell sehr unterschiedlich ausgeprägt. Sehr selten sind Infektionen des Wundgebiets, die aber bei geeigneter Behandlung das Ergebnis nicht unbedingt verschlechtern müssen. Ebenso selten sind Wundheilungsstörungen, wobei meist Faktoren eine Rolle spielen, die im Gespräch vor der Operation ausführlich behandelt werden, wie bspw. die verzögerte Heilung bei Zuckerkranken, Rauchern und Patienten mit Blutgerinnungsstörungen. Vorübergehend kann eine Taubheit der Haut im OP-Gebiet auftreten, die durch die Durchtrennung feinsten Hautnerven bedingt ist. Im Verlauf der Heilung kehrt die Sensibilität im allgemeinen in vollem Umfang zurück.

Vor der Operation die Information!

Vor jeder ärztlichen Behandlung steht eine umfassende Aufklärung des Patienten über den geplanten Eingriff und seine Risiken durch den behandelnden Arzt. Es kann für Sie hilfreich sein, sich Ihre Fragen vorher zu notieren. Scheuen Sie sich nicht, alles zu fragen, was Sie interessiert. Informieren Sie sich, gegebenenfalls telefonisch oder bei einem weiteren Vorbesprechungstermin, wenn Probleme offen



geblieben sind. Die Einverständniserklärung ist ein Dokument, in dem Ihr Name und Geburtsdatum, die geplante Behandlung und alle angesprochenen möglichen Komplikationen festgehalten werden. Mit Ihrer Unterschrift wird gewährleistet, dass Sie die entsprechende Aufklärung erhalten haben und mit Ihrer Behandlung oder der Ihres Kindes unter Kenntnis der allgemeinen und besonderen Risiken einverstanden sind.

Operationsvorbereitung

Bei der Entscheidung für eine Fettabsaugung sollten Sie sich für die Zeit danach ca. eine Woche von allen beruflichen und privaten Pflichten befreien. Wie lange Sie im Einzelfall benötigen, ist von der Art und dem Ausmass des Eingriffs abhängig. Lassen Sie die Tage vor der Operation ruhig angehen, damit Sie für den Eingriff seelisch und körperlich in ausgeruhtem Zustand sind. Falls Sie in der Zeit vor der Operation noch Fragen oder Zweifel haben, dürfen Sie mich gerne anrufen.

Wo findet die Operation statt?

Eingriffe zur Liposuktion werden je nach Befund und im Einklang mit Ihren Wünschen stationär oder ambulant durchgeführt. Bei einer ambulanten Operation halten Sie zwar eine postoperative Ruhephase ein, dürfen dann aber nach Hause gehen. Keinesfalls sollten Sie selbst Auto fahren. Sie können auch stationär einen oder mehrere Tage in einer Klinik betreut werden. Dies ist bei grösseren Eingriffen sinnvoll und auch bei Vorerkrankungen die eine regelmässige ärztliche Betreuung erfordern.

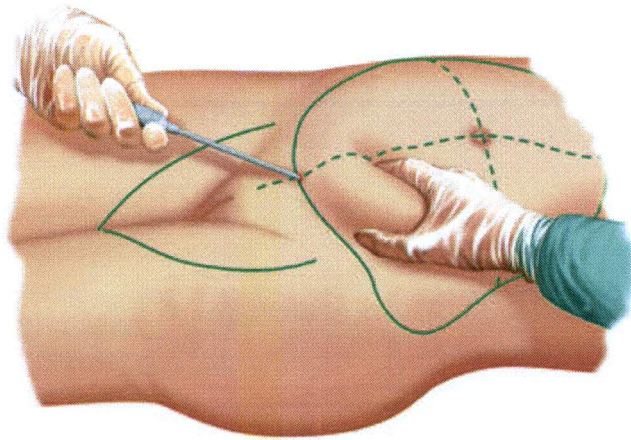
Was für eine Narkose wird angewandt?

Je nach Ausmass der Operation wird die Liposuktion in örtlicher Betäubung oder in Vollnarkose vorgenommen. Bei der örtlichen Betäubung erhalten Sie zuvor ein Beruhigungsmittel (entweder als Tablette oder als intravenöse Injektion in die Armvene), die Sie in eine Art Dämmer Schlaf versetzt. Sie sind somit wach aber entspannt und schmerzempfindlich. Es kann lediglich vorkommen, dass Sie während der Operation ein Ziehen, Zupfen oder Bohren im Operationsgebiet spüren. In jedem Fall, besonders aber wenn eine Vollnarkose geplant ist, werden Sie vor der Operation von einem Narkosearzt (Anästhesisten) untersucht, um ihre Narkosefähigkeit zu klären. Natürlich ist der Anästhesist dann während der gesamten Operation dabei und steuert die Narkose.

Operationsablauf

Die Dauer der Operation ist abhängig vom Ausmass und der Anzahl der Polster die entfernt werden sollen. Auch die gewählte Narkoseform und die Operationstechnik sind für die Operationszeit von Bedeutung. Z.B. dauert das Absaugen von Fett in Hüften und Oberschenkeln bei durchschnittlichem Befund ca. 1 – 1 ½ Stunden. Den Verlauf der Operation dürfen Sie sich in groben Zügen wie folgt vorstellen:

Nach Desinfektion des Operationsgebietes und steriler Abdeckung werden an strategisch günstigen Stellen kleine Hautschnitte (Inzisionen gesetzt). Dort wird eine dünne Kanüle eingeführt, um das Fettgewebe unterhalb der Haut abzusaugen. Meist sind mehrere Inzisionen notwendig, wobei diese an möglichst unauffälligen Stellen platziert werden. Die Kanüle wird durch das Fettgewebe vorgeschoben und dann zurückgezogen, um zunächst die Fettzellen zu lösen und dann abzusaugen. Der notwendige Sog wird z.B. durch eine Vakuumpumpe erzeugt. Zum Schluss werden die Hautschnitte vernäht und es wird ein möglichst straff sitzender Verband angelegt, um der postoperativen Schwellung des Wundgebietes entgegenzuwirken. Mit den Fettzellen verliert der Körper auch Flüssigkeit, die bei Bedarf durch intravenöse Infusion während und nach der Operation ersetzt wird.



Welche verschiedenen Techniken der Liposuktion gibt es?

Die Basistechnik, wie oben beschrieben, wird bei allen Patienten, welche eine Fettabsaugung erhalten, angewandt. Im Laufe der Zeit haben sich jedoch einige Technikvariationen entwickelt. Vor der Operation wird die für Sie optimale Technik mit Ihnen besprochen.

Die Flüssigkeitsinjektion, eine Technik, wobei eine sterile Lösung in das Gewebe eingebracht wird, bevor das Fett abgesaugt wird, findet heute häufig Anwendung. Die Flüssigkeit besteht in der Regel aus physiologischer Salzlösung, Prilocain (einem örtlichen Betäubungsmittel) und Adrenalin (einem Medikament mit gefässverengender Wirkung) oder äquivalenten Mitteln. Die Flüssigkeit ermöglicht eine leichtere Entfernung der Fettzellen, vermindert den Blutverlust und bietet zusätzlich örtliche Betäubung während und nach der Operation. Ausserdem reduziert sie die Bildung postoperativer Blutergüsse. Über die Menge an verwendeter Flüssigkeit entscheidet die individuelle Erfordernis.

Bei der Tumeneszenz-Technik (Tumeneszenz = Schwellung; so benannt wegen der Anschwellung der Fettzellen bei dieser Technik) werden grosse Mengen an Flüssigkeit – manchmal 3 x soviel wie die zu entfernende Menge Fett – eingebracht. Typischerweise wird diese Technik bei Patienten im Rahmen einer örtlichen Betäubung angewandt und dauert sehr viel länger als die traditionelle Liposuktion (manchmal 4 – 5 Stunden). Wenn die Menge an Flüssigkeit genügend Betäubungsmittel enthalten kann, ist eine zusätzliche Narkose nicht erforderlich.

Die Supernass-Technik ähnelt der Tumeneszenz-Technik, wobei gewöhnlich weniger Flüssigkeit eingesetzt wird – die Menge entspricht in der Regel der Menge an entferntem Fett. Diese Technik sollte unter Vollnarkose oder zumindest unter Anwendung von intravenösen Beruhigungsmitteln durchgeführt werden und dauert meist 1 – 2 Stunden.

Die Ultraschall assistierte Aspirationslipektomie (UAL) verwendet eine besondere Kanüle mit der Fähigkeit, Ultraschallenergie vor Ort im Fettgewebe abzugeben, um die Fettzellen zu sprengen, worauf das verflüssigte Fett wie in der traditionellen Technik abgesaugt wird. Das Einsatzgebiet der UAL liegt bei der Entfernung von Fett aus Gebieten mit viel Bindegewebe wie dem oberen Rücken oder der männlichen Brust. Auch bei Zweiteingriffen kann die UAL von Vorteil sein. Die Durchführung der UAL dauert in der Regel deutlich länger als die traditionelle Technik.

Die PAL (Power Assisted Liposuction) oder Vibrationsmethode wird zunehmend bei Arealen mit viel bindegewebigem Anteil zur technischen Erleichterung des Absaugvorgangs eingesetzt.



Nachbehandlung

Kühlen (Eisbeutel) helfen in den ersten Tagen die Schwellung zu verringern, sie sollten aber nie direkt auf die Haut gelegt werden.

Verordnete Medikamente müssen genau nach Anweisungen eingenommen werden.

Eng anliegende elastische Kleidung (z.B. eine Art Mieder nach Eingriffen an der Hüfte) ist unerlässlich zur Milderung der postoperativen Schwellung und Blutergüssen und fördert die optimale Anpassung der Haut an die neuen Konturen. Es ist im Einzelfall zu besprechen, wie lange die Kompressionskleidung erforderlich ist, mindestens bis zu 6 Wochen.

Leichte Schmerzen, ein Brennen und vorübergehende Taubheit der Haut im Wundgebiet sind normal für wenige Tage nach der Operation. Gegen die Schmerzen können Sie nach Anweisung Medikamente nehmen.

Bei plötzlich auftretenden Schmerzen, Blutungen und Gefühlsstörungen melden Sie sich bitte sofort. Dies gilt selbstverständlich auch für alle anderen Unklarheiten, welche mit dem operativen Eingriff zusammen hängen.

In regelmässigen Abständen wird der Heilungsverlauf kontrolliert. Die Fäden der Hautnähte werden nach ca. 10 Tagen entfernt.

Unmittelbar nach der Operation ist Bewegung sehr wichtig, da nur so die Tumenesenzlösung ablaufen kann. Gegen einen kleinen Spaziergang ist nichts einzuwenden. Eine zu starke körperliche Belastung sollten Sie jedoch vermeiden. In jedem Fall kann durch Bewegung die postoperative Schwellung vermindert werden und das Entstehen von Venenthrombosen minimiert werden.

Die Aufnahme der normalen Arbeitsfähigkeit ist individuell zu besprechen und hängt natürlich auch von ihrer Tätigkeit ab.

Direkt und bis zu einer Woche nach der Operation werden Sie sogar eine Gewichtszunahme registrieren, die durch die Schwellungsflüssigkeit in den abgesaugten Arealen bedingt ist. Nach ca. einer Woche ist aber unter konsequentem Tragen der Kompressionskleidung das normale Gewicht wieder erreicht.

Eine leichte Ängstlichkeit oder sogar Traurigkeit kann nach der Operation auftreten. Diese Gefühle hängen mit den unangenehmen Begleiterscheinungen der Operation zusammen und auch mit der Spannung bei der Erwartung, wie das Ergebnis des Eingriffs endgültig aussieht. Bei fortschreitender Heilung, wenn Sie sich immer besser fühlen, werden diese Gefühle schnell vergehen.

Körperpflege

Duschen ist ideal, wobei die verplasterten Nahtstellen nicht mit Wasser in Kontakt kommen sollten. Auf warme Vollbäder im Bereich des Wundgebietes sollte einige Wochen lang verzichtet werden. Welche Hautpflege Sie verwenden, sollten Sie im Einzelfall besprechen. Es kann sinnvoll sein, bei Schwellungen oder Blutergüssen entsprechend wirksame Salben oder Cremes zu verwenden. Anti-Cellulite Cremes sollten bis zur vollständigen Heilung nicht direkt auf die Inzisionsstellen aufgetragen werden. Blutergüsse und Schwellungen vergehen zum grössten Teil innerhalb der ersten 2 Wochen. Bei manchen Patienten kann die Abschwellung jedoch länger dauern. Eine leichte Schwellneigung – insbesondere bei warmer Witterung – kann jedoch noch einige Monate bestehen.



Das Operationsergebnis

Schon bald nach der Operation können Sie einen deutlichen Unterschied Ihrer operierten Körperkonturen erkennen. Die Verbesserung wird jedoch erst nach Ablauf von 6 Wochen, wenn ein Grossteil der Schwellung abgeklungen ist, sichtbar. Häufig ist dann nach 3 Monaten, wenn auch leichte Schwellungen verschwunden sind, das endgültige Ergebnis zu sehen. Wenn Ihre Erwartungen im Bereich des realistisch machbaren lagen und die Operation problemlos verlaufen ist, werden Sie sich nun über ein geglücktes Ergebnis freuen können.

Kann eine Fettabsaugung wiederholt werden?

Eine erneute Liposuktion oder Aspirationslipektomie ist in der Regel auch in einem Gebiet möglich, wo bereits einmal eine Fettabsaugung vorgenommen wurde. Wenn Sie eine Korrektur einer erst vor kurzem erfolgten Operation wünschen, sollte sinnvollerweise der Endeffekt der ersten Operation abgewartet werden (6 Monate bis 1 Jahr), bevor eine erneute korrigierende Operation durchgeführt wird.

Kosten

Die Fettabsaugung ist eine Operation die im Regelfall zur Verbesserung des äusseren Erscheinungsbildes dient. Daher werden die Kosten von den Krankenversicherungen meist nicht übernommen. Ausnahmen sind eindeutig funktionelle Beeinträchtigungen, welche durch die Fettdepots bedingt sind. Insgesamt sollten Sie sich jedoch nicht zuviel Hoffnung auf eine Beteiligung der Krankenversicherung machen.

Mit freundlichen Grüssen

Dr. med. Stefan Weindel
Facharzt (FMH) Plastische, Rekonstruktive und
Ästhetische Chirurgie, Handchirurgie
