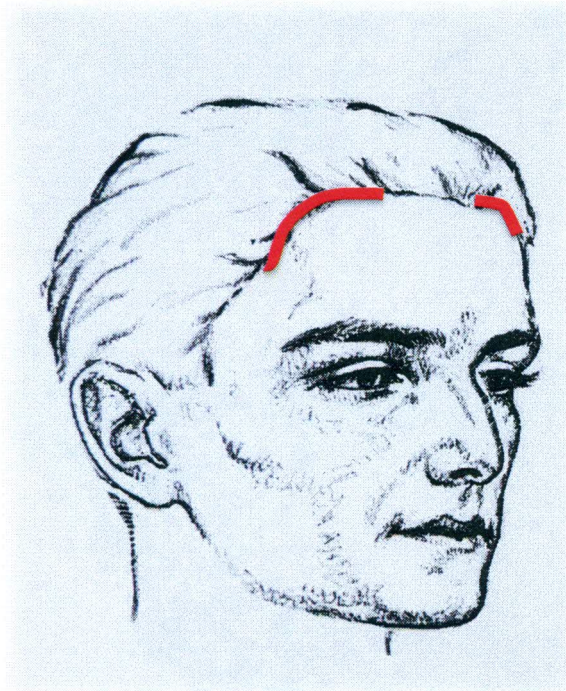


Dr. med. Stefan Weindel
Facharzt (FMH)
Plastische, Rekonstruktive
und Ästhetische Chirurgie,
Chirurgie und Handchirurgie

Stirnlifting

Liebe Patientin, lieber Patient,

Sie möchten sich über die plastisch-chirurgischen Verfahren zum Stirnlifting (Stirnstraffung) informieren. Sicherlich haben Sie eine ganze Reihe von Fragen zur Operation. In dem vorliegenden Informationsblatt werden Ihnen in prinzipieller Form die einzelnen Verfahren zum Stirnlifting erklärt. Darüber hinaus erfahren Sie, was vor und nach der Operation zu beachten ist. Bedenken Sie bitte, dass die folgenden Ausführungen sehr allgemein gehalten sind und lediglich der ersten generellen Information im Vorfeld der individuellen Behandlung Ihrer Wünsche dienen. Die eingehende Beratung kann und soll dies selbstverständlich nicht ersetzen.



Die typischen Probleme

Die Stirn ist ständig in Bewegung. Insbesondere durch gewohnheitsmässiges Stirnrunzeln oder bei Menschen die schlecht sehen und dadurch ständig angestrengt schauen, können sich bereits in jungen Jahren tiefe Falten bilden. Zudem verliert mit zunehmendem Alter die Gesichtshaut ihre Festigkeit und wird schlaff. Auch Sonnenlicht, rasche Abmagerungskuren oder einfach angeborene Faktoren können einen Elastizitätsverlust der Haut bewirken und diesen Prozess beschleunigen. Dadurch sinken mit der Zeit die Augenbrauen und die Haut an Ihren Oberlidern wirft Falten – Sie ertappen sich vielleicht selbst dabei, wie Sie die Stirn nach oben ziehen (und somit in Falten schlagen), um die Augenbrauen wieder in die gewohnte Position zu bringen. Das Sinken der Augenbrauen und die tiefen Stirnfalten verleihen dem Gesicht meistens einen ärgerlichen, traurigen, alten oder müden Ausdruck.



.....und ihre Lösung

Ein Stirnlifting kann durch Straffung der Stirnhaut und Anpassung der Stirnmuskulatur diese Probleme beseitigen und dem Gesicht ein jüngeres, weniger sorgenvolleres und frischeres Aussehen verschaffen. Angenehmer Nebeneffekt ist eine Anhebung der Augenbrauen in individuell anzupassendem Ausmass.

Bis vor wenigen Jahren war eine Korrektur der Stirnfalten nur durch einen langen Schnitt in den Haaren oder entlang der Haargrenze, an der Stirn möglich. In geeigneten Fällen kann neuerdings alternativ mit der modernen Methode des endoskopischen Stirnliftings eine solche Korrektur durch nur drei bis vier kleine Schnitte hinter dem Haaransatz und somit von Stellen, die komplett von Haaren bedeckt sind, durchgeführt werden. Dabei entstehen nur zwischen den Haarwurzeln bis zu 4 zwei cm messende Längsnarben. Eingehend durch die kleinen Schnitte wird die Stirnhaut von innen (endoskopisch) gelöst, angehoben und in neuer Position fixiert. Diese Methode verkürzt deutlich die Heilungsphase nach dem Eingriff. Bei beiden Methoden können ggf. gleichzeitig die sog. Zornesfalten zwischen den Augenbrauen behandelt werden.

Was kann ein endoskopisches Stirnlifting ändern?

Ein Lifting der Stirn korrigiert nicht nur die Haut, sondern auch die darunter liegenden Weichteile. Nach Straffung von Haut, Weichteilgewebe und Muskulatur werden Stirnrunzeln und Sorgenfalten lang anhaltend verbessert. Da gleichzeitig die Augenbrauen gehoben werden, werden auch die Faltenbildungen an den Oberlidern (Schlupflider) reduziert. Abgesunkene Augenbrauen verleihen einen müden oder traurigen Gesichtsausdruck. Werden sie angehoben, wirkt das Gesicht erfrischt und verjüngt. In Fällen mit ausgeprägten „Zornesfalten“ wird der für das Zusammenziehen der Augenbrauen verantwortliche Muskel geschwächt, wodurch seine Funktion nur noch eingeschränkt möglich ist und eine erneute Bildung von Zornesfalten weitgehend verhindert wird. Ihr ganzes Gesicht bekommt dadurch einen freundlicheren offeneren Ausdruck.

Sie können sich ungefähr vorstellen, wie ein Stirnlifting ihr Aussehen verändern kann, wenn Sie vor dem Spiegel Ihre Handflächen seitlich über den Augenbrauen halten. Ziehen Sie die Stirnhaut und damit auch die Augenbrauen vorsichtig nach oben – das entspricht in etwa dem Ergebnis eines Stirnliftings.

Welche Verfahren gibt es?

Das früher allein angewendete **konventionelle offene Stirnlifting** erfordert eine umfangreiche, hinter dem Haaransatz angebrachte Schnittführung rund um die gesamte ober Gesichtshälfte (von Ohr zu Ohr). Die Stirn wird hierbei mobilisiert, gestrafft und nach Entfernung überschüssiger Hautanteile wieder vernäht; die Naht des Einschnittes ist hinter der Haarlinie versteckt. Bei Patienten mit hoher Stirn wird der Schnitt direkt vor dem Haaransatz gelegt, damit die unbehaarte Stirn durch die Straffung nicht zusätzlich erhöht wird; hierbei verläuft die Naht in der Stirn-Haar-Grenze um die einzelnen Haarwurzeln herum. Bei sehr hohem Haaransatz lassen sich durch diese Methode ausgeprägte, quer verlaufende Stirnfalten sehr gut glätten. Bei Patienten mit älterer und müder Haut eignet sich in der Regel das offene Stirnlifting. Der Eingriff erfordert im Allgemeinen einen eintägigen Krankenhausaufenthalt und wird in der Regel in Allgemeinnarkose durchgeführt.

Inzwischen setzt man bei geeigneten Fällen ein sog. Endoskop ein (**endoskopisches Stirnlifting**), wodurch nur noch ca. vier sehr kleine Einschnitte hinter der Haargrenze benötigt werden. Durch diese Einschnitte wird die Stirn unter endoskopischer Führung und unter Kontrolle einer endoskopischen Kamera gelöst, gestrafft und fixiert. Die Operation wird optisch mithilfe einer endoskopischen Kamera kontrolliert. Als weniger invasives Verfahren eignet sich das endoskopische



Stirnlifting besonders für eher jüngere Patientinnen / Patienten, deren Haut in der Regel über genügend Eigenelastizität verfügt. Durch diese kleinen Schnitte wird mit dem Endoskop Zugang zur Stirnpartie verschafft.

Beide Methoden, das konventionelle offene Verfahren wie auch das endoskopische Stirnlifting können mit einer Schwächung der für die Bildung der „Zornesfalten“ verantwortlichen Muskulatur kombiniert werden.

Welche Risiken bringt ein Stirnlifting mit sich?

Im Allgemeinen ist das Stirnlifting ein relativ risikoarmer Eingriff. Nebenwirkungen sind jedoch nicht ganz auszuschließen und im Einzelfall nicht vorhersehbar.

Es kann z.B. eine Muskelschwäche des Stirnmuskels durch Verletzung eines Nervs hervorgerufen werden, was zu einer eingeschränkten Beweglichkeit der Augenbraue führt. Die gleiche, allerdings nur vorübergehend auftretende Symptomatik kann z.B. ein Bluterguss, der auf einen Nerv drückt hervorrufen. Weiteres können Gefühlsstörungen im Sinne von Taubheitsgefühl im Operationsgebiet auftreten, diese verschwinden aber in der Regel nach zwei bis vier Wochen von selbst.

In seltenen Fällen ist auch ein Haarausfall an den Stellen der behaarten Kopfhaut möglich, an den die endoskopischen Geräte eingeführt oder der Schnitt gelegt wurde.

Vor der Operation die Information!

Vor jeder ärztlichen Behandlung steht die umfassende Aufklärung über den geplanten Eingriff und seine Risiken. Es kann hilfreich sein, sich einige Fragen vorher zu notieren. Scheuen Sie sich nicht, alles zu fragen, was Sie interessiert. Fragen Sie auch, gegebenenfalls telefonisch, zu einem späteren Zeitpunkt oder bei einem weiteren Vorbesprechungstermin nach, wenn noch Unklarheiten bestehen.

Die Einverständniserklärung für einen plastisch-chirurgischen Eingriff sollte immer in Ruhe und in einem angemessenen zeitlichen Abstand vor der Operation von Ihnen unterschrieben werden. Dies ist ein Dokument, in dem Ihr Name und Geburtsdatum, die Art der Operation und alle angesprochenen möglichen Komplikationen festgehalten werden. Mit Ihrer Unterschrift wird gewährleistet, dass Sie die entsprechende Aufklärung erhalten haben und mit Ihrer Behandlung unter Kenntnis der Risiken einverstanden sind.

Was ist vor der Operation zu beachten?

Vor einem planbaren operativen Eingriff sollten Sie in möglichst guter gesamtgesundheitlicher Verfassung sein. Bitte schränken Sie auch den Alkohol- und Nikotinkonsum auf ein Minimum ein. Rauchen verschlechtert nachweislich die Durchblutung des operierten Gebietes. Aus diesem Grund ist es empfehlenswert, das Rauchen mindestens zwei Wochen vor und zwei Wochen nach der Operation zu vermeiden. Die Einnahme von Aspirin oder anderen acetylsalizylsäurehaltigen Medikamenten kann das Blutungsrisiko erhöhen. Deshalb sollten Sie 10 Tage vor der Operation damit aufhören. Es ist ratsam, für die Zeit nach der Operation ungefähr sieben bis zehn freie Tage einzuplanen, da Sie in der ersten Zeit nach dem Eingriff noch eingeschränkt sein werden.

Wo findet die Operation statt?

Abhängig von Ihrer individuellen Situation kommt entweder eine offene konventionelle Operationsmethode oder ein endoskopisches Stirnlifting zur Anwendung. Das konventionelle



Verfahren erfordert häufig einen eintägigen Krankenhausaufenthalt. Das endoskopische Stirnlifting wird üblicherweise ambulant durchgeführt.

Welche Narkose wird angewandt?

Das offene Stirnlifting wird meist in Allgemeinanästhesie und das endoskopische Stirnlifting häufig in Lokalanästhesie (örtliche Betäubung), jedoch meist mit zusätzlicher Sedierung (Dämmerschlaf) durchgeführt. Ein Anästhesist (Narkosearzt) überwacht Sie während der gesamten Operation und sorgt für Ihre Schmerzfreiheit.

Und wie läuft die Behandlung ab?

Vor dem Eingriff wird Ihr Haar geflochten um die Kopfhaut frei zu legen. Haare werden grundsätzlich nicht geschnitten.

Konventionelles offenes Stirnlifting:

Der Hautschnitt verläuft hinter der Stirn-Haar-Grenze im Bereich der behaarten Kopfhaut. Bei sehr hoher Stirn oder bei Männern mit nach hinten gewandelter Haargrenze wird der Hautschnitt genau an die Haargrenze gesetzt um eine weitere Erhöhung der Stirn zu vermeiden. Danach wird die Stirnhaut mitsamt der Stirnmuskulatur von der Knochenhaut abgehoben, die überschüssige Haut entfernt und die Stirnmuskulatur geglättet. Abschliessend wird der Hautschnitt zusammengenäht und für ein bis zwei Tage bis zu einer Woche ein Kopfverband angelegt.

Endoskopisches Stirnlifting:

Nach Desinfektion des Operationsgebietes wird die zu behandelnde Region steril abgedeckt. Nach setzen der örtlichen Betäubung werden ca. vier bis zu zwei cm grosse, längs gerichtete Einschnitte etwa zwei Zentimeter hinter dem Haaransatz innerhalb der behaarten Kopfhaut gesetzt. Durch dies Zugänge wird ein Endoskop unter die Stirnhaut, Muskulatur und Knochenhaut eingeführt um die Stirngewebe von innen einsehbar zu machen und die Operation durchführen zu können: Der Stirnmuskel, der straff der knöchernen Stirn anhaftet, wird vorsichtig bis etwa an die seitlichen Enden der Augenbrauen abgelöst und kann danach nach oben bewegt werden. Zur Fixierung der gewünschten Position der Augenbrauen werden nun bis zu vier Mini-Befestigungen an den Stellen der Einschnitte in der behaarten Kopfhaut in die knöchernen Schädeldecke eingebracht, woran die Stirnweichteile in neuer Position fixiert werden. Je nach Ausmass der Faltenbildung kann die Befestigung in der Höhe variiert werden. Nach Verschluss der Einschnitte wird als Abschluss der Operation ein Kopfverband angelegt.

In speziellen Fällen wird zusätzlich noch der für das Zusammenziehen der Augenbrauen verantwortliche Muskel geschwächt.

Der entscheidende Vorteil des endoskopischen Stirnliftings liegt in der späteren Unsichtbarkeit des Eingriffs, da keine nennenswerte Schnittführung erforderlich ist. Ein eventueller Hautüberschuss wird durch die gesamte Elastizität der gesamten Kopfhaut nach oben ausgeglichen. Weiter Vorteile liegen im wesentlich schnelleren Heilungsverlauf im Vergleich zur konventionellen Methode.

Temporales Stirnlifting („Schläfenlifting“):

Der Zugang zur Stirn wird über jeweils einen zusätzlichen Hautschnitt in der Kopfhaut der Schläfenregion gemacht. Die späteren Narben sind fast nicht erkennbar. Über diesen Zugang kann die seitliche Stirn- und Schläfenhaut, so erforderlich, gut geglättet und gestrafft werden. In der Schläfenregion wird überschüssige Haut entfernt.



Was ist nach einem endoskopischen Stirnlifting zu beachten?

Nach der Operation werden Sie für einige Tage einen Kopfverband haben. Der Kopfverband hat den Sinn, dass sich an der Stirn keine Blutergüsse oder Schwellungen bilden können.

Es ist möglich, dass Sie nach der Operation ein blaues Auge oder Schwellungen an und unter den Augen bekommen. Kühlen Sie die Augenpartie alle zwei Stunden für einige Tage mit einer Kühlmaske, gehen Sie dabei aber sicher, dass die Kühlmaske nie direkt auf der Haut aufliegt, da es sonst zu Erfrierungen kommen kann.

Zudem besteht die Möglichkeit, dass sich Ihre Augen trocken anfühlen. Sie haben ein Rezept für Augensalbe mitbekommen. Bringen Sie diese Augensalbe bei Augentrockenheit ins Auge (in den Binde sack!) ein, um Ihr Auge vor Austrocknung (v.a. nachts) zu schützen. Die Salbe ist sehr fettreich und verursacht einen Fettfilm auf Ihrer Hornhaut, wodurch Sie für einige Zeit verschwommen sehen. Bitte berücksichtigen Sie diese kurzfristige Beeinträchtigung vor der Anwendung!

Die postoperative Heilungsphase beträgt lediglich bis zu zwei Wochen. Dann werden die Fäden entfernt und die Gesellschaftsfähigkeit ist nur noch geringfügig beeinträchtigt. Sportliche Aktivitäten sind nach etwa drei Wochen wieder möglich. Mit der Ihnen verschriebenen Augensalbe, dies Sie vor allem nachts in dem Bindehautsack einbringen, können Sie Ihre Augen sicher vor Austrocknung schützen.

Ihr neues Aussehen

Bei richtiger Indikationsstellung und realistischer Erwartungshaltung sind die meisten Patienten sehr zufrieden und glücklich mit dem erreichten Ergebnis, unabhängig davon welche Operationsmethode angewendet wurde. Die Verbesserung des äusseren Erscheinungsbildes bedeutet für viele ein positiv verändertes Leben mit erhöhter Selbstzufriedenheit und gesteigertem Selbstwertgefühl. Obwohl dieses Verfahren den Alterungsprozess an sich nicht anhalten kann, so kann es doch eine Person erholt und um viele Jahre jünger aussehen lassen. Viele Patienten merken erst nach dem Stirnlifting wie stark die faltige und lockere Stirnhaut zu ihrem Aussehen beigetragen hat.

Kann ein Stirnlifting wiederholt werden?

Prinzipiell kann ein Stirnlifting wiederholt werden. Regelmässige Kontrollen bei Ihrem Plastischen Chirurgen helfen eventuell auftretende Komplikationen frühzeitig zu erkennen und zu beheben. Falls Probleme auftreten, muss im Einzelfall geprüft werden, ob und welche korrigierenden Massnahmen ergriffen werden.

Die Kostenfrage

Das Stirnlifting ist eine Operation, die im Regelfall der Verbesserung des äusseren Erscheinungsbildes dient. Daher können die Kosten von den Krankenversicherungen meist nicht übernommen werden.

Mit freundlichen Grüssen

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