

# Brust

**Motivation:** Die Brust ist für uns Frauen ein wichtiges Identitätsmerkmal wie „weiblich und wohl wir uns in unserer Haut fühlen“. Der „After-Baby-Body“ nach Schwangerschaft oder Stillzeit, zieht oft eine erschlaffte und kleinere Brust nach sich. Gewichtsschwankungen durch Diäten können dies ebenfalls beeinflussen. Aber manchmal ist auch das Brustwachstum nur sehr gering ausgebildet, ungleich oder fehlgebildet. Oft schränken diese Merkmale Sie in Ihrem sozialen Umgang ein. Entspricht die Form, Größe oder Festigkeit, nicht Ihrem persönlichen Schönheitsideal also „ Wohlgefühl“, kann ein chirurgischer Eingriff dies langfristig korrigieren.

**Ziel:** In einem ausführlichen Beratungsgespräch gehe ich auf Ihre Vorstellungen und Wünsche ein, wie Ihre Brust eine natürliche und weibliche Straffheit und Fülle wieder erlangen kann. Dabei stehen verschiedene Techniken einzeln oder kombiniert zur Verfügung.

## **Brustvergrößerung**

Bei der Brustvergrößerung werden die unterschiedlichen Implantatgrößen angezogen und vor dem Spiegel ausprobiert. Die Größe, Schnittführung und Lage des Implantates wird auch im Vorgespräch ermittelt. Die Brustimplantate sind von der Firma ALLERGAN. Sie entsprechen Premiumimplantaten, die nach höchsten Ansprüchen angefertigt werden und zu den am Besten untersuchtesten Implantaten in langjährigen Studien zählen.

Dabei gibt es eine große Auswahl von 2 verschiedenen Formen, eine runde Form und eine tropfenförmige (auch anatomisch genannte) Form. Bei der OP werden vor dem Einsetzen von den endgültigen Implantaten, Probeimplantate verwendet, um die Brust nach Ihren genauen Vorstellungen endgültig zu formen.

**Vorbereitung:** im Vorfeld besprochene Schnittführung wird in sitzender Position angezeichnet.

**Technik:** Die Schnittführung erfolgt in der Brustumschlagsfalte oder halbmondförmig um die Brustwarze. Die Implantalage kann über dem großen Brustmuskel oder unter dem großen Brustmuskel erfolgen.

**Anästhesie:** Vollnarkose, stationärer Aufenthalt eine Nacht

**Dauer:** ca. 60 min.

**Ausfallzeit:** 1 Nacht stationär, ca. 7-14 Tage, in einigen Berufen bis zu 4 Wochen Sport-BH für 6 Wochen, Brustgurt für 6 Wochen tragen, Fadenzug nach 2 Wochen, 6 Wochen nicht schwer Heben und Tragen, nicht Arme über den Kopf, Schwimmen oder Joggen. Für ca. 8 Wochen intensive Sonneneinstrahlung auf die Brust und Narben vermeiden und keine Saunagänge

## **Bruststraffung**

**Vorbereitung:** Im Vorfeld besprochene Schnittführung (um die Brustwarze herum, ggf. mit Schnitt nach unten, bei sehr großen Brüsten umgekehrt T-verlaufende Schnittführung). Es wird in stehender Position angezeichnet. Dabei wird auch die Höhe der Brustwarzen festgelegt.

**Technik:** Neuformung des Brustdrüsengewebes einhergehend mit Verlagerung nach oben, Straffung des erschlafften Gewebes und Formung eines inneren BH´s mit der Unterhaut sowie Verkleinerung der Brustwarze und Verlagerung nach oben.

**Anästhesie:** Vollnarkose, 1 Nacht stationär, bei Schnittführung um die Brustwarze ggf. Lokalanästhesie unter ambulanten Bedingungen

**Dauer:** ca 1-3h

**Ausfallzeit:** 1 Nacht stationär, ca. 7-14 Tage, Fadenzug nach 2 Wochen, Sport-BH für 6 Wochen.

## **Brustverkleinerung**

**Vorbereitung:** Im Vorfeld besprochene Schnittführung (mit vertikalen Schnitt nach unten, bei sehr großen Brüsten umgekehrte T-verlaufende Schnittführung). Es wird in stehender Position angezeichnet. Dabei wird auch die Höhe der Brustwarzen festgelegt.

**Technik:** Entfernung und Neuformung des Brustdrüsengewebes einhergehend mit Verlagerung nach oben, Straffung des erschlafften Gewebes und ggf. Formung eines inneren BH´s mit der Unterhaut sowie Verkleinerung der Brustwarze und Verlagerung nach oben. In einigen Fällen kombiniert mit einer Fettabsaugung der seitlichen Brust und seitlichen Brustwand. Das entfernte Brustdrüsengewebe wird zur histologischen Untersuchung vorsorglich eingesendet.

**Dauer:** ca 3h

**Anästhesie:** Vollnarkose, stationärer Aufenthalt 1 Nacht

**Ausfallzeit:** 1 Nacht stationär, ca. 7-14 Tage, Fadenzug nach 2 Wochen, Sport-BH für 6 Wochen.

## **Was ist vor und nach der OP zu beachten**

Vor der OP:

- 1. Beratungsgespräch
- 2. Aufklärendes Gespräch ca. 7-10 Tage vorher,
- Laborkontrollen sollten vorliegen (kleines Blutbild, Blutgerinnung, Leber-Nierenwerte, Natrium und Kaliumwert),
- kein übermäßiger Alkoholkonsum, keine blutverdünnenden Mittel für 14 Tage vor der OP (wie z.B. Aspirin) Ingwerwasser, grüner Tee, Ginko, Vitamin B Präparate.
- 3 Tage vorher mit Arnica D12 beginnen

Nach der OP:

- Sport-BH für 6 Wochen tragen, Brustgurt nach Brustvergrößerung für 6 Wochen
- weiterhin Arnica einnehmen, Bromelain Tbl., Antibiotika- und Thromboseprophylaxe
- Kopf erhöht schlafen ca. 45° in den ersten Nächten und versuchen auf dem Rücken zu schlafen,
- kein Sport für ca. 6 Wochen i.S.v. Joggen, Schwimmen, alles was Arme über den Kopf betrifft, sowie schweres Heben und Tragen vermeiden, keine Sauna für 6-8 Wochen, intensive Sonneneinstrahlung vermeiden für 2 Monate