



DR. H. W. HÖRL

PLASTISCHE CHIRURGIE

Tel.: 089 / 12391777

[www.drhoerl.de](http://www.drhoerl.de)

# Bauchdeckenstraffung - Abdominoplastik -

Für eine Bauchdeckenstraffung kann es unterschiedliche Gründe geben. Zum Beispiel nach Geburten und einem damit verbundenen Nachgeben der Bauchmuskulatur. Oder auch bei Übergewicht und Ausbildung einer sogenannten Fettschürze bzw. eines Hängebauches. Auch nach starker Gewichtsabnahme kann eine Straffung der überschüssigen Haut und der Bauchwandmuskulatur notwendig werden. Ebenso nach einer Fettgewebeabsaugung mit großen Volumina im Bauchbereich und einer überdehnten Haut kann eine gleichzeitig oder später durchgeführte Bauchdeckenstraffung sinnvoll sein.

## Wann kann eine Bauchdeckenstraffung durchgeführt werden?

Wenn bei einer Bauchdeckenplastik auch eine Straffung der Bauchmuskulatur vorgenommen werden soll, raten wir Frauen, dass sie diese Operation erst nach abgeschlossener Familienplanung durchführen lassen, damit die gestraffte Muskulatur nicht wieder durch weitere Schwangerschaften überdehnt wird. Empfehlenswert ist es auch, innerhalb der ersten Monate nach der Operation, nicht schwanger zu werden. Generell stellt aber eine Bauchdeckenstraffung kein Problem für spätere Schwangerschaften dar.

Bei extremen Raucherinnen und Rauchern ist Vorsicht geboten.

## Narkose

Bauchdeckenstraffungen mit dem Versetzen des Nabels und der Straffung der Muskulatur müssen in Vollnarkose durchgeführt werden. Weniger ausgedehnte Korrekturen sind auch in einer örtlichen Betäubung möglich.

## **Klinik**

Bei weniger ausgedehnten Bauchdeckenplastiken ist mit einem Klinikaufenthalt von zwei bis drei Tagen zu rechnen.

Größere Bauchdeckenplastiken mit Versetzung des Nabels und Straffung der Bauchwandmuskulatur können fünf bis acht Tage stationären Aufenthalt erfordern.

## **Die Operation**

Bei einer kompletten Bauchdeckenplastik wird aus dem Unter- und teilweise Mittelbauchbereich überschüssige Haut und Fettgewebe entfernt. Die beiden geraden Bauchmuskeln, und wenn notwendig auch die schrägen Bauchmuskeln, werden wie ein inneres Mieder gestrafft. Der Nabel verbleibt an seinem Platz, wird aber nach Umschneidung neu in die vom Oberbauch heruntergezogene Haut eingepflanzt.

Fettgewebedepots vom Oberbauch und der Hüftregion können noch zusätzlich durch Fettgewebeabsaugung entfernt werden.

Bei kleineren Bauchdeckenplastiken unterbleibt die Umschneidung und Neueinpflanzung des Nabels.

## **Wie verläuft die Narbe?**

Die langstreckige Unterbauchnarbe befindet sich oberhalb der Schambehaarung von Beckenknochen zu Beckenknochen, in der Leistengegend verlaufend. Eine kleine Narbe verläuft kreisförmig um den neu eingepflanzten Nabel. In seltenen Fällen ist eine zusätzliche Längsnarbe unterhalb des Nabels notwendig, um das durch das Versetzen des Nabels entstandene Loch in der Haut zu verschließen. Zumeist kann dieser Hautanteil mit entfernt werden und hinterlässt damit keine Narbe.

Bei sogenannten kleinen Bauchdeckenplastiken besteht die Narbe um den Nabel und die eventuelle Längsnarbe nicht.

## **Zustand kurz nach der Operation**

In den ersten Tagen nach der Operation werden Spannungsgefühl und in unterschiedlicher Stärke Schmerzen im Bauchbereich auftreten. In der Regel tritt nach etwa drei Tagen eine deutliche Besserung ein.

Die Wunddrainagen werden nach zwei bis vier Tagen entfernt. Die Fäden werden nach 12 bis 16 Tagen gezogen.

## **Was nach der Operation zu beachten ist**

Drei bis sechs Wochen müssen Sie ein vor der Operation angepaßtes Bauchmieder tragen, in den ersten drei Wochen Tag und Nacht. Husten, Pressen und Körperbewegungen, die die Bauchwandmuskulatur belasten, müssen sechs Wochen strikt vermieden werden.

## **Job, Sport, Sauna, Solarium**

In Abhängigkeit von Ihrer Tätigkeit können Sie in der Regel nach zwei bis drei Wochen Ihrer Arbeit nachgehen. Bei körperlich nicht belastenden Tätigkeiten kann dies auch wesentlich früher sein. Auszuschließen sind allerdings immer Belastungen der Bauchwand. Vor allem, wenn die Bauchwandmuskulatur wie ein inneres Mieder vernäht wurde, kann eine Pause von 4-6 Wochen notwendig werden.

Belastende Sportarten sollten ebenfalls sechs bis acht Wochen nicht durchgeführt werden.

Ein Saunabesuch ist nach 4 Wochen möglich. Bei Solarium und Sonne müssen die Narben im ersten halben Jahr durch Bekleidung, Pflasterstreifen oder Sonnencreme mit Lichtschutzfaktor 20 bis 30 geschützt werden, um dunklere dauerhafte Verfärbungen zu vermeiden.

## **Risiken**

Über die Risiken dieser Operation muß detailliert und individuell aufgeklärt werden.

Einige, wenn auch seltene Komplikationen, sollten vorab genannt werden:

Absterben des Nabels, Absterben von Haut- und Fettgewebeanteilen, Wundheilungsstörungen, wulstige auseinandergezogene Narben, Thrombose, Embolie.

Die Beurteilung der Risiken muß selbstverständlich im Einzelfall vorgenommen werden.

Bauchdeckenstraffungen sind insgesamt als Operationen mit hohen prozentualen Risiken einzustufen.

## **Bitte beachten Sie:**

Dieses Informationsmaterial kann ein sorgfältiges Beratungsgespräch und eine patientenbezogene Untersuchung nicht ersetzen.

Über spezielle und individuelle Risiken, Einschränkungen und Möglichkeiten muß der Operateur gezielt aufklären.

Jeder Patient sollte Risiken und Einschränkungen des Ergebnisses bei diesen Operationen verstanden haben.

# FAKTEN ZUR OP

<b>Erstes Beratungsgespräch</b>	60 Minuten
<b>OP-Dauer</b>	2,5 – 3,5 Stunden
<b>Narkoseart</b>	Vollnarkose
<b>ambulant/ stationär</b>	stationär 2 – 6 Tage
<b>Nachbehandlung</b>	Fadenentfernung nach 10 – 14 Tagen, 4 – 6 Wochen Tragen eines Bauchmieders
<b>Sport</b>	nach 6 Wochen
<b>Gesellschaftliche Aktivitäten</b>	nach 2 Wochen