

## Brustverkleinerung vom Facharzt für Plastische Chirurgie



## Informationsunterlagen zur Vorbereitung auf Ihre Voruntersuchung

Sehr geehrte Patientin,

es gibt sehr unterschiedliche Gründe für die Brustverkleinerung. Eine umfassende Information und Beratung ist die Grundlage für eine erfolgreiche Behandlung. Diese Informationsunterlagen sollen Ihnen helfen, sich gründlich auf das Beratungsgespräch vorzubereiten.

## Allgemeines zum Thema Brustverkleinerung



Große Brüste können erhebliche Schmerzen im Bereich der Wirbelsäule und der Schultern verursachen. Einschnitte und Druckstellen durch BH-Träger werden als unangenehm empfunden.

Neben diesen orthopädischen Gründen können auch optische, modische oder sportliche Gründe für eine Brustverkleinerung vorliegen.

## Was verändert sich durch eine Brustverkleinerung?



### Psychologische und emotionale Folgen

Wenn eine Frau mit Ihrer Brust unzufrieden ist, dann wirkt sich das oftmals auf ihre Psyche und auf ihre Emotionen aus. Durch einen Eingriff kann dies geändert werden.

# Brustverkleinerung (Mammareduktion) – OP-Methoden, Risiken, Kosten



Beratung und Terminvereinbarung: 0800 - 678 45 65 (Deutschland)

Wir beobachten bei unseren Patienten folgende Veränderungen nach dem Eingriff:

## 1.) erhöhtes Selbstbewusstsein

Viele Patienten sind anschließend richtig stolz auf Ihren Körper und ihr Selbstwertgefühl steigt. Sie nehmen Ihr Umfeld und Ihr Leben bewusster wahr.

## 2.) zufriedenstellendes Körperbild

Durch die Korrektur wird eine höhere Zufriedenheit und Akzeptanz des eigenen Körpers erreicht.

## 3.) persönliche Zufriedenheit

Ist ein Mensch mit seinem Körper zufrieden, so ist er wesentlich ausgeglichener und besitzt mehr Lebensfreude. Das Umfeld wird bewusster und offener erlebt.

**Bevor Sie sich für einen Eingriff entscheiden, sollten folgende Punkte abgeklärt sein:**

## 1) mögliche Ergebnisse

Viel ist möglich - aber nicht alles. Sie sollten mit Ihrem behandelnden Facharzt für Plastische Chirurgie die möglichen und realistischen Ergebnisse besprechen.

## 2.) Risiken abwägen

Bei einer Operation sind auch Risiken vorhanden. Klären Sie bitte vor der Operation ab, ob Sie bereit sind, diese Risiken einzugehen. Zudem muss gesichert sein, dass eventuelle Folgen auch tragbar sind.

## 3.) Komplikationen berücksichtigen

Berücksichtigen Sie bitte auch, dass eventuelle Komplikationen einen verzögerten Heilungsverlauf oder zusätzliche Kosten verursachen können. Klären Sie diese Punkte bitte vor der OP, denn nach der OP ist es oftmals zu spät.

## 4.) Unklarheiten beseitigen.

Solange nicht alle Fragen für Sie beantwortet sind, sollten Sie sich nicht für einen Eingriff entscheiden.

## Welches Ergebnis kann ich von einer Brustverkleinerung erwarten?

Bei der Brustverkleinerung wird versucht, beide Brüste in Form und Größe anzupassen und möglichst kleine und unauffällige Narben zu hinterlassen.

Die Erfolgsaussichten hängen von Ihren individuellen Voraussetzungen ab. Eine Brustverkleinerung muss eventuell mit anderen Behandlungsmethoden kombiniert werden, so dass Ihr gewünschtes Zielergebnis erreicht wird. Daher ist es nur möglich, bei einer entsprechenden Untersuchung und Beratung genaueres zur Erfolgsaussicht zu sagen.

<http://www.moderne-wellness.de>

Beratung und Terminvereinbarung: 0800 - 678 45 65 (Deutschland)

## Brustverkleinerung und Schwangerschaft

Die Brustverkleinerung sollte erst nach Abschluss der Familienplanung durchgeführt werden, da sich die Brust in der Schwangerschaft verändert.

Besteht in absehbarer Zeit kein Kinderwunsch, so kann die Brustverkleinerung auch bei jüngeren Patientinnen durchgeführt werden.

Je nach Umfang der Operation kann die Stillfähigkeit eventuell beeinträchtigt werden. Ein eventueller Kinderwunsch muss bei der Wahl der Operationsmethode berücksichtigt werden.

## Ihr Weg zu einer Brustverkleinerung

Die Gesamtbehandlung Brustverkleinerung besteht aus:

- 1.) Arztwahl
- 2.) Beratung und individuelles Angebot
- 3.) OP-Vorbereitung
- 4.) OP selbst
- 5.) OP-Nachsorge, Heilungsverlauf inkl. Nachkontrollen

**Ohne Beratung wird keine Operation durchgeführt. Bevor Sie sich für einen Eingriff entscheiden, ist eine umfassende Beratung notwendig, um Behandlungsfehler und Fehlentscheidungen zu vermeiden.**

Eine Beratung soll Ihnen helfen, alle Risiken und Möglichkeiten abzuwägen, so dass Sie sich frei entscheiden können, ob eine Operation für Sie in Frage kommt. Auch der genaue Kostenrahmen kann erst nach einer individuellen Beratung genau definiert werden, da der entstehende Operationsaufwand sehr individuell ist.

## Beratungszeit

Eine umfassende Beratung dauert ca. 1 Stunde.

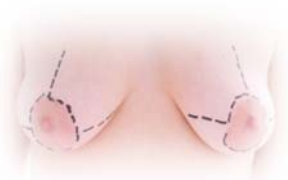
## Feststellung individueller Faktoren

Der Facharzt für Ästhetische und Plastische Chirurgie stellt individuelle Faktoren fest, welche die optimale OP-Methode für Ihre Brustverkleinerung beeinflussen.

Bevor eine Operationsmethode für Ihre Brustverkleinerung von Ihrem Facharzt für Plastische Chirurgie ausgewählt werden kann, müssen Ihre persönlichen Voraussetzungen und Wünsche abgeklärt werden.

Die aus in der Fachliteratur über 130 dokumentierten Operationsmethoden differenzieren sich in folgenden Punkten:

- Reduktion der Gewichtsbelastung
- Sensibilität der Brustwarzen
- Soll die Stillfähigkeit nach der Brustverkleinerung erhalten bleiben?
- Form und Aussehen Ihrer Brust
- Dauerhaftigkeit des Operationsergebnisses
- Narbenverlauf
- Narbenqualität
  - Notwendige Hebestrecke der Brust



Das für Sie passende Verfahren richtet sich nach Ihren individuellen Voraussetzungen und dem gewünschten Zielergebnis. Bei einer persönlichen Beratung werden Ihnen die unterschiedlichen Methoden und die jeweiligen Vor- und Nachteile erklärt. Weiterhin werden alle möglichen Komplikationen und Risiken mit Ihnen durchgesprochen.

## Was muss vor der Operation Brustverkleinerung beachtet und getan werden?

Bevor eine Brustverkleinerung durchgeführt wird, sind vorbereitende Maßnahmen notwendig und hilfreich, um einen optimalen Heilungsverlauf zu gewährleisten und das Komplikationsrisiko zu verkleinern.

### Anästhesie-Aufklärung

Bevor Sie operiert werden, ist auch ein Aufklärungsgespräch über die Anästhesie notwendig. Dies führt der zuständige Anästhesist mit Ihnen. Idealerweise hat er zum Aufklärungsgespräch auch ein aktuelles Blutbild von Ihnen.

# Brustverkleinerung (Mammareduktion) – OP-Methoden, Risiken, Kosten



Beratung und Terminvereinbarung: 0800 - 678 45 65 (Deutschland)

## Blutgerinnung

Sie sollten 14 Tage vor der Operation gerinnungshemmende Medikamente absetzen. Beachten Sie hierzu, dass auch z. B. Aspirin die Blutgerinnung reduziert.

## Blutwerte

Wir benötigen zur OP ein aktuelles Blutbild, welches uns spätestens am OP-Tag vorliegen muss. Idealerweise faxen oder senden Sie uns dieses einige Tage vor der Operation zu. Wichtig ist, dass die Blutwerte im Normbereich liegen und keine Infekte (z. B. Grippe etc.) vorliegen.

## Stoffwechselaktivierung

Maßnahmen, die Ihren Stoffwechsel aktivieren, unterstützen den Heilungsverlauf nach dem Eingriff, da die Zellerneuerung aktiviert wird. Je aktiver die Zellerneuerung ist, desto schneller und besser verläuft die Wundheilung.

## Rauchen und Alkohol

Reduzieren Sie Ihren Nikotinverbrauch auf ein Minimum. Optimal ist, dass Sie ein bis zwei Tage vor der OP das Rauchen komplett einstellen. Verzichten Sie ca. ein bis zwei Wochen vor der OP auf Alkoholgenuss.

## Menstruation

Früher hat man versucht, Operationen während der Menstruation zu vermeiden. Theoretisch ist die Blutungsneigung in dieser Zeit größer. Praktisch ist aber kein Unterschied fest zu stellen.

## Brustverkleinerung und Pille

Durch die Einnahme der Pille steigt das Risiko einer Thrombose oder Embolie. Wird sie aber kurzfristig vor der Operation abgesetzt, so wird das Risiko noch höher.

Weitere Maßnahmen können im Einzelfall durch spezielle Vorerkrankungen notwendig werden.



## Die Brustoperation Brustverkleinerung

Sie haben sich für den Eingriff entschieden und der Operationstag ist gekommen. Nach der stationären Aufnahme beziehen Sie Ihr Zimmer und führen meist noch ein Gespräch mit Ihrem Facharzt für Plastische Chirurgie und mit dem zuständigen Anästhesisten.

**Es werden noch einmal eventuell offene Fragen geklärt und entsprechend alle Unterlagen überprüft. Erst wenn alle Unterlagen vollzählig sind, dann wird die Operation durchgeführt.**

Vor der Operation werden die Brüste genau ausgemessen und der Schnittverlauf wird auf der Haut skizziert. Dies dient als Grundlage für die Entfernung von Brustgewebe oder Haut.

### Krankenhausaufenthalt

Bei einer Brustverkleinerung wird in den häufigsten Fällen ein stationärer Aufenthalt von 1 bis 3 Tagen notwendig. So haben Sie die Sicherheit, dass im Bedarfsfall schnell reagiert werden kann und Sie umfassend betreut werden.

Auf Wunsch kann bei uns der Partner oder eine Begleitperson gegen einen geringen Aufpreis mit im Zimmer übernachten - oder wir vermitteln Ihnen eine entsprechende Übernachtungsmöglichkeit für Ihre Begleitperson.

### Die Operation selbst

Je nach Ihren persönlichen Voraussetzungen und Ihrem gewünschten Zielergebnis wird die entsprechende OP-Methode bereits im Beratungsgespräch ausgewählt. Je nach gewählter OP-Methode dauert der Eingriff zwischen 1 Stunde und 4 Stunden.

## Welche Operationsmethoden gibt es bei einer Brustverkleinerung?

In der Fachliteratur sind aktuell über 130 unterschiedliche Operationsmethoden für eine Brustverkleinerung dokumentiert. Wir wollen Ihnen eine grobe Übersicht über die Unterschiede der Operationstechniken geben. Ihr Facharzt für Plastische Chirurgie muss bei der Beratung überlegen, welche Schnittführung und Operationsmethode für Ihr gewünschtes Zielergebnis optimal ist.



Bei der Wahl der optimalen Operationsmethode müssen viele Überlegungen angestellt werden. Diese wollen wir Ihnen nachfolgend im groben erläutern.

### Mammillen-Areola-Komplex

Ein wichtiger Faktor für die Wahl der Operationsmethode ist der funktionelle Erhalt des Mammillen-Areola-Komplexes (oftmals auch als MAK bezeichnet). Dieser ist für die Stillfunktion und Sensibilität bzw. Erregbarkeit verantwortlich. Soll die Stillfunktion bzw. Sensibilität erhalten bleiben, so wird bei der Brustverkleinerung der MAK nicht vom darunterliegenden Brustgewebe abgelöst. Diese Operationen werden als "gestielte Technik" bezeichnet.

Je nachdem, in welchem Sektor der MAK mit dem verbleibenden Gewebe verbunden bleibt, werden die unterschiedlichen Stiele bezeichnet:

- oberer Stiel (cranialer Stiel)
- unterer Stiel (caudaler Stiel)
- innerer Stiel (medialer Stiel)
- äußerer Stiel (lateraler Stiel)
- zentraler Stiel
- kombinierter Stiel (craniomedialer, caudolateraler Stiel, etc.)

Bei übergroßen Brüsten (Gigantomastie) kann auch eine Brustverkleinerung mit einer freien Transplantation des Mammillen-Areola-Komplexes (MAK) notwendig werden. Hierbei wird der MAK vom darunterliegenden Gewebe komplett abgelöst und am Ende der Operation als Hauttransplantat an der entsprechenden Position der Brust wieder eingesetzt. Nachteil dieser Operationsmethode ist, dass die Stillfähigkeit und Sensibilität meist nicht erhalten bleibt, da die versorgenden Nerven durchtrennt werden.



## Form der Brust nach der Brustverkleinerung

Oftmals ist neben der reinen Größenveränderung auch eine Veränderung der Lage der Brust notwendig, so dass die Brust nach der Operation auch ästhetisch aussieht. Je nach Größenveränderung kann es notwendig werden, dass das Brustgewebe nach oben versetzt werden muss.

## Langfristigkeit des Operationsergebnisses der Brustverkleinerung

Das Operationsergebnis der Brustverkleinerung sollte möglichst langfristig erhalten bleiben. Bindegewebeigenschaften, Gewichtsschwankungen oder auch die Schwerkraft der operierten Brust werden mit der Zeit ein Absinken der Brust bewirken. Hinzu kommt, dass im Laufe der Zeit die Elastizität der Haut nachlässt. Daher müssen bei der Brustverkleinerung entsprechend notwendige operative Maßnahmen ergriffen werden, die diesen Faktoren entsprechend entgegen wirken.

## Schnittführung und Narben der Brustverkleinerung

Je nach gewählter Operationsart werden häufig folgende Narbenverläufe bei einer Brustverkleinerung angewendet:

### 1.) Narbenverlauf nach Benelli bzw. Hinderer



Der Narbenverlauf nach Benelli ist der kürzeste und unauffälligste Narbenverlauf einer Brustverkleinerung. Sie verläuft kreisrund auf dem Warzenhof. Sie kann zum Einsatz kommen, wenn die Hebestrecke relativ kurz ist und wenig Brustgewebe entfernt werden muss.

### 2.) Kurzer vertikaler Narbenverlauf (Lassus / Lejour)



Durch eine moderne Technik der Brustverkleinerung resultiert eine vertikale Narbe, welche rund um den Warzenhof und senkrecht nach unten verläuft. Sie eignet sich bei mittlerer Hebestrecke und wenn mäßig viel Brustgewebe entfernt werden muss.

### 3.) Langer vertikaler Narbenverlauf nach Lassus bzw. Lejour



Ein langer vertikaler Narbenverlauf verläuft rund um den Warzenhof und senkrecht nach Unten über die Unterbrustfalte hinaus. Sie eignet sich bei langer Hebestrecke und wenn viel Brustgewebe entfernt werden muss.

## 4.) B-förmiger Narbenverlauf nach Régnauld



Ein B-förmiger Narbenverlauf nach Régnauld verläuft rund um den Warzenhof und danach bogenförmig in Richtung Mitte der Brust. Er endet in der Unterbrustfalte. Das Tragen tiefer Dekolletés wird nach der Brustverkleinerung möglich, da keine Hautschnitte im Bereich des Dekolleté gesetzt werden. Sie eignet sich bei mittleren Hebestrecken und wenn viel Brustgewebe entfernt werden muss. Zudem ist die Formbarkeit der Brust gegeben.

## 5.) L-förmiger Narbenverlauf nach Meyer / Martinoni



Ein L-förmiger Narbenverlauf nach Meyer / Martinoni verläuft rund um den Warzenhof, senkrecht nach unten und dann auf der Höhe der Unterbrustfalte rechtwinklig nach außen. Das Tragen tiefer Dekolletés wird nach der Brustverkleinerung möglich, da keine Hautschnitte im Bereich des Dekolleté gesetzt werden. Sie eignet sich bei mittelgroßen Hebestrecken und wenn viel Brustgewebe entfernt werden muss. Zudem ist die Formbarkeit der Brust gegeben.

## 6.) T-förmiger Narbenverlauf nach Lexer



Ein T-förmiger Narbenverlauf nach Lexer verläuft rund um den Warzenhof, senkrecht nach unten und dann auf der Höhe der Unterbrustfalte rechtwinklig nach außen und innen.

Der T-förmige Narbenverlauf nach Lexer oftmals bei großen, stark hängenden Brüsten eingesetzt. Da der Narbenverlauf fast zur Körpermitte verläuft, ist das Tragen eines tiefen Dekolletés nach der Brustverkleinerung eher schwierig. Ein T-förmiger Narbenverlauf wird eher bei sehr großen Brüsten eingesetzt (Resektionsgewicht mehr als 500 Gramm je Seite). Bei von den Krankenkassen übernommenen rein medizinisch indizierten Brustverkleinerungen wird meist diese Schnittform eingesetzt.

**Der jeweilige Narbenverlauf richtet sich nach Ihren persönlichen Voraussetzungen. Bei einer persönlichen Beratung werden Ihnen die unterschiedlichen Methoden und die jeweiligen Vor- und Nachteile erklärt.**

## Mögliche Komplikationen und Risiken der Brustverkleinerung



Trotz unserer umfangreichen Voruntersuchungen und der größten Sorgfalt können während oder nach der Operation vereinzelt Komplikationen auftreten. Während der Operation bestehen die normalen Operationsrisiken, über die Sie im Aufklärungsgespräch ausführlich informiert werden.

### Nachblutung oder Hämatombildung (Bluterguß)

Nach der Operation kann es zu einer Nachblutung oder Hämatombildung (Bluterguß) kommen. Durch eine Wundinfektion kann sich die entsprechende Wundheilung verzögern.

### Störungen der Narbenbildung

Wenn Narben unter Spannung stehen, so kann es zu Störungen der Narbenbildung kommen. Daher sollten Sie unbedingt in den ersten beiden Wochen nach der Operation den verordneten Spezial-BH tragen.

### Während der OP wird eine Geschwulst entdeckt

Bei einigen Patienten kommt es vor, dass während der OP eine Geschwulst entdeckt wird. Diese kann sich als bösartig herausstellen. Unsere spezialisierten Fachärzte werden diese entsprechend entfernen und das weitere Vorgehen mit Ihnen besprechen.

### Druckschäden an Nerven und Weichteilen

In seltenen Fällen können Druckschäden an Nerven und Weichteilen entstehen. Sie bilden sich in der Regel innerhalb weniger Wochen wieder zurück.

### Taubheitsgefühl

Bei einigen Patienten kann ein Taubheitsgefühl durch die Schädigung von Hautnerven auftreten. Im Normalfall kommt es innerhalb von einigen Monaten zur vollständigen Wiederherstellung der Empfindungen der Haut. In Ausnahmefällen kann ein Taubheitsgefühl verbleiben.

### Schwellungen

Schwellungen im Operationsgebiet können teilweise 6 bis 12 Monate verbleiben. Die endgültige Form der Brust wird oft erst nach 12 Monaten erreicht.

## Durchblutungs- und Wundheilungsstörungen

Durchblutungs- und Wundheilungsstörungen sind selten. Es kann dann zur Ausbildung von breiten Narben kommen, die möglicherweise einen Korrektureingriff erfordern, um ein optisch optimales Ergebnis zu erzielen. Bei entsprechender Veranlagung können wulstige, dicke, verfärbte und schmerzhafte Narben (Keloid) entstehen. Solche Narben erfordern manchmal einen Korrektureingriff.

## Sensibilität der Brustwarze

Je nach Operationsmethode und Operationsumfang kann die Sensibilität der Brustwarze gestört oder beeinträchtigt sein. Diese Störung kann bis zu einem Jahr dauern und verbessert sich in der Regel im Laufe der Zeit. Bei gestörter Blutversorgung kann die Brustwarze komplett absterben. In diesem Fall wird eine Verpflanzung von dunkel pigmentierter / tätowierter Haut notwendig.

## Blutgerinnsel (Thromben)

Blutgerinnsel (Thromben) sind selten, können aber zum Verschluss eines Blutgefäßes führen. Dies kann lebensbedrohlich (z. B. Lungenembolie) werden und auch zum Tod führen.

## Infektionen der Wunde

Infektionen der Wunde können zu einer Verzögerung der Wundheilung führen. Zudem kann es zur Ausbildung von Abszessen (Eiteransammlungen) und Nekrosen (Absterben von Gewebe) kommen.

## Stillfähigkeit

Die Stillfähigkeit kann je nach Operationsart beeinträchtigt werden.

## Bottoming-Out

Ein Großteil des operierten Gewebes sackt nach unten ab und es kommt zu einer Richtungsänderung des Mammillen-Areola-Komplexes (z. B. nach oben).

## Serome

Unter einem Serom versteht man die Ansammlung von Wundsekret oder Lympflüssigkeit. Serome kommen bei Brustverkleinerung eher selten vor, da die Flüssigkeit von der Umgebung aufgenommen wird. Falls dies nicht der Fall ist, kann sie durch Punktion entnommen werden.

## Fettnekrosen / Ölzysten

Wird das Brustgewebe nicht ausreichend durchblutet, so kann Fettgewebe absterben. Es bilden sich Ölzysten. Diese können oftmals in der Brust verbleiben.

## Dog-Ear-Bildung

Unter einem Dog-Ear versteht man kleine Wülste an den seitlichen Wundrändern. Diese können sich spontan zurück bilden oder durch eine Narbenkorrektur korrigiert werden.

## Formveränderung des Warzenhofes

Nach einer Brustverkleinerung kann es vorkommen, dass der Mammillen-Areola-Komplex nicht rund bleibt sondern sich verzieht. Dies kann durch einen Eingriff in Lokalanästhesie korrigiert werden.

## Asymmetrie der Brust nach der Brustverkleinerung

Brüste sind eher selten gleich groß. Bei einigen Operationen müssen auch unterschiedliche Narbenführungen verwendet werden. Daher kann es vorkommen, dass durch unterschiedliches Anschwellen und unterschiedliche Heilungsverläufe die Brüste unterschiedliche groß sind. Sollte nach der Heilungsphase noch eine Asymmetrie vorhanden sein, so kann dies durch eine Form- bzw. Narbenkorrektur geändert bzw. angepasst werden.

## Verhalten nach der Operation - wie ist der Heilungsverlauf und was muss beachtet werden?

Die Operation Brustverkleinerung besteht nicht nur aus der Operation. Das richtige Verhalten nach der Operation selbst hilft, Komplikationen zu vermeiden und Ihr Ergebnis möglichst langfristig zu sichern.



### Wie lange dauert der Heilungsverlauf?

Der gesamte Heilungsverlauf hängt von Ihren persönlichen Voraussetzungen ab und kann bis zu 12 Monate dauern.

### Habe ich nach der Operation Schmerzen?

Das Schmerzempfinden ist sehr individuell und hängt von individuellen Faktoren ab. Diese werden mit Ihnen in einem persönlichen Gespräch geklärt.

## **Brustform – wie sieht meine Brust direkt nach der Operation aus?**

Direkt nach der Operation werden Sie nicht das Endergebnis des Bildes haben. Schwellungen des Gewebes sind vorhanden und müssen sich erst zurückbilden. Je nach Operationsmethode wird die endgültige Brustform nach 6 bis 12 Monaten erreicht.

## **Sport / Freizeit**

Da die Brustverkleinerung ein relativ großer Eingriff ist, so sollten Sie Ihre Sport- und Freizeitaktivitäten entsprechend anpassen. Leichte sportliche Aktivitäten sind ab der 7. Woche nach der Operation wieder erlaubt.

## **Wann kann ich wieder ins Fitnessstudio gehen?**

Achten Sie bei Ihren Übungen darauf, dass Sie im Brustbereich keine Belastung ausüben. Sie können ab der 7. Woche nach der Operation langsam wieder mit Übungen beginnen, die den Brustbereich betreffen.

## **Wann kann ich nach der Brustverkleinerung wieder Skifahren?**

Skifahren sollten Sie erst 8 bis 12 Wochen nach der Operation, da es schnell zu einer großen Belastung des Brustbereiches kommen kann (z. B. bei einem Sturz, etc.).

## **Wann kann ich nach der Operation wieder Tauchen?**

Tauchen ist ab ca. 12 Wochen nach der Operation wieder möglich. Allerdings sollten Sie sich vorsichtig wieder an die Belastung herantasten.

## **Wann darf ich nach der Brustoperation wieder ins Solarium bzw. in die Sonne?**

Sonneneinstrahlung ist ab der 7. Woche nach der OP wieder zulässig. Allerdings sollten die Narben geschützt werden, da es sonst zu Fehlpigmentierungen kommen kann.

## **Wann darf ich nach einer Brustverkleinerung wieder in die Sauna?**

Sauna ist ab der 7. Woche nach der Operation wieder zulässig.

## **Wann kann ich nach der Brustverkleinerung wieder auf dem Bauch schlafen?**

Je nach Ihrem persönlichen Empfinden können Sie ca. 4 bis 6 Wochen nach der Operation wieder auf dem Bauch schlafen.

## ***Wir wollen in den Urlaub fliegen – wann darf ich nach einer Brustverkleinerung wieder eine Flugreise unternehmen?***

Flugreisen sind ab ca. 14 Tage nach der Operation wieder möglich - besser ist es aber, 4 bis 6 Wochen zu warten. Der Druckunterschied im Brustbereich kann sich störend auf die Wundheilung auswirken.

## ***Was muss ich nach einer Brustverkleinerung beachten, wenn ich meinen Haushalt machen will?***

Beachten Sie bitte auch, dass Sie Ihre gewohnten Lebensabläufe im Haushalt entsprechend anpassen müssen (z. B. Kochen, Einkaufen, etc.). Sie sollten in den ersten Wochen nach der Operation das Tragen schwerer Gegenstände unterlassen. Beachten Sie bitte auch, dass Arbeiten, bei denen Sie die Arme heben müssen, schwierig sein werden (z. B. Teller in der Küche aus dem Hängeschrank holen).

## ***Was sollte ich nach einer Brustverkleinerung beim Sex beachten?***

Je nach Ihrem persönlichen Befinden gibt es wenige Einschränkungen. Allerdings können Anfangs Sensibilitätsstörungen in der Brust vorhanden sein. Weiterhin sollten Sie beachten, dass Sie die Brust nicht zu sehr beanspruchen.

Ein ganz wichtiger Punkt ist, dass durch die Operation die Wirkung der Pille herabgesetzt wird. Dadurch kann es notwendig werden, dass zusätzliche Schutzmaßnahmen ergriffen werden müssen.

## ***Ich habe Kinder. Muss ich nach der Brustoperation etwas beachten?***

Wenn Sie Kinder haben, so beachten Sie bitte, dass Sie mit Kindern häufig die Brust belasten (z. B. beim Heben von Kleinkindern). Weiterhin sollten Sie vorsichtig mit schnellen und hastigen Bewegungen sein.

## ***Narbenpflege***

Die Narbe ist anfangs gerötet, was sich mit der Zeit gibt. Spezielle Pflegeprodukte unterstützen die schöne Narbenbildung und sorgen für feine und schönere Narben. Lymphdrainagen nach der Operation fördern und beschleunigen den Heilungsverlauf.

## ***Ganz wichtig: Nachschautermine***

Wichtig für die Vermeidung von Risiken ist die Wahrnehmung der Nachschautermine, die Sie in regelmäßigen Abständen wahrnehmen sollten. Hierbei kontrolliert der Plastische Chirurg den Heilungsverlauf und eventuelle Probleme können besprochen oder korrigiert werden. Unsere Fachärzte



für Ästhetische und Plastische Chirurgie führen 4 bis 6 Nachschautermine innerhalb des ersten Jahres nach der OP durch und diese sind im Angebot inklusive.

## Aufnahme der Arbeitstätigkeit

Normale Arbeitstätigkeiten (ohne große körperliche Belastung) können Sie ca. 10 bis 14 Tage nach der Operation wieder aufnehmen. Andere Tätigkeiten (z. B. Krankenschwester) sollten im Einzelfall besprochen werden.

**Genauere Details werden mit Ihnen im persönlichen Beratungsgespräch besprochen, so dass Ihre persönlichen Lebensumstände im Behandlungsablauf berücksichtigt werden können.**

## Wie setzt sich der Preis für eine Brustverkleinerung zusammen bzw. was kostet die Operation?



**Jeder Mensch ist einmalig. Daher muss jedes Operationskonzept für eine Brustverkleinerung auf jeden einzelnen Menschen abgestimmt werden.**

Viele individuelle Faktoren bestimmen den Gesamtaufwand eines Eingriffes. Daher kann ein genauer Preis nur nach einem individuellen Beratungstermin genau bestimmt werden. Wir erstellen immer Inklusiv-Angebote - dies bedeutet für Sie Planungssicherheit und kein Kostenrisiko.

Der Kostenrahmen bewegt sich meist im Bereich zwischen EUR 4500,- bis EUR 7500,- inkl. aller Nebenkosten (je nach Aufwand und Umfang der Behandlung). Faktoren, die den Preis einer Brustverkleinerung beeinflussen sind:

### o **Sicherheit im OP**

Je größer die Sicherheitsfaktoren und der Sicherheitsstandard im Operationsbereich, desto höher sind die Kosten. Dies gilt nicht nur für das Material – sondern auch hochqualifizierte Mitarbeiter sind kostenintensiv.

### o **OP-Dauer**

Ein großer Bestandteil des Preises sind die OP-Kosten selbst, diese sind abhängig von der Operationsdauer. Diese ist wiederum abhängig von:

- o Schnittführung
- o OP-Methode
- o Notwendigen Formveränderungen



# Brustverkleinerung (Mammareduktion) – OP-Methoden, Risiken, Kosten



Beratung und Terminvereinbarung: 0800 - 678 45 65 (Deutschland)

## ○ **Krankenhausaufenthalt**

Der stationäre Aufenthalt und die stationäre Betreuung erhöht Ihre Sicherheit und sorgt für die Verringerung des Komplikationsrisikos. Eine hohe Sicherheit und hochqualifiziertes Krankenhauspersonal sind kostenintensiv.

## ○ **Anästhesie**

Abhängig von Ihren individuellen Voraussetzungen, persönlichen Risikofaktoren und der OP-Dauer verändert sich der Kostenfaktor für die Anästhesie. Weiterhin spielt die Qualität der Anästhesie eine Rolle - dies merken Sie meist erst nach der Operation (z. B. eine gute Anästhesie hat weniger Nebenwirkungen wie z. B. Übelkeit, etc.).

## ○ **Spezial-BH**

Hochwertige und verträgliche Materialien sind kostenintensiv aber wesentlich angenehmer vom Tragegefühl. Sie tragen diesen BH mehrere Wochen.

## ○ **Voruntersuchung, Operationsaufklärung und Beratung**

Individuelle und ausführliche Beratung, Voruntersuchung und Operationsaufklärung ist die Grundlage für eine erfolgreiche Behandlung.

## ○ **Nachsorge**

Bei uns sind die Nachsorgetermine inklusive.

## ○ **eventuelle Komplikationen**

Eventuelle Komplikationen und Wundheilungsstörungen müssen berücksichtigt werden.

## ○ **weitere individuelle Faktoren**

Zum Beispiel Vorerkrankungen, Voroperationen, Kombinationen mit anderen Eingriffen, etc.

## Wie sind unsere spezialisierten Fachärzte qualifiziert und was zeichnet sie aus?

Unsere Fachärzte für Plastische und Ästhetische Chirurgie müssen unser Mindestanforderungsprofil erfüllen. Dieses wird regelmäßig überprüft. Dieses Profil enthält folgende Mindestvoraussetzungen:



### Ausbildung zum Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie

Der Facharzt für Plastische Chirurgie bzw. Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie ist ein anerkannter Facharzt. Zum Ausbildungsumfang gehört die ästhetische Chirurgie, die Rekonstruktive Chirurgie (=wiederherstellende Chirurgie z. B. nach Unfällen oder Tumoroperationen), die Verbrennungschirurgie und die Handchirurgie. Fachärzte für Plastische Chirurgie lernen innerhalb ihrer 6-jährigen Ausbildung, wie große oder schwierige Fehlbildungen bzw. Unfallschäden korrigiert werden können (z. B. Hautschäden nach Verbrennungen beheben, Ohren aus Knorpelteilen nachbilden, Brustwiederaufbau nach Tumoroperationen, etc.).

**Der Titel "kosmetischer Chirurg, ästhetischer Chirurg oder Schönheitschirurg" ist ungeschützt. So mancher Gynäkologe, Dermatologe oder Allgemeinarzt wechselte sein Praxisschild aus und ersetzte es durch ein Schild mit dem Titel "ästhetische Chirurgie, ästhetische Medizin oder Schönheitschirurg".**

### Jahrelange Erfahrung in leitender Funktion

Es ist wie in jedem Beruf – nur jahrelange Erfahrung sorgt für die notwendige Routine und Sicherheit. Daher achten wir darauf, dass jeder unserer angeschlossenen Fachärzte mindestens 6 Jahre in leitender Funktion (z. B. Oberarzt, Chefarzt, etc.) tätig war. Dies sorgt auch dafür, dass ein Arzt lernt, für eine Abteilung die Verantwortung zu übernehmen.

### Spezialisierung auf Teilbereiche der Ästhetischen Chirurgie

Nicht jeder Arzt kann alle Behandlungen sehr gut. Daher muss eine Spezialisierung auf einzelne Eingriffe nachgewiesen werden.

### Beratung vom Operateur

Es geht um Sie! Daher muss der Operateur genau wissen, was Sie sich vorstellen. Ihr Wunschergebnis wird in einer Voruntersuchung mit dem ärztlich machbaren abgeglichen. Erst wenn man Ihre gewünschte Veränderung und Ihr persönlichen Voraussetzungen kennt, so kann unser Facharzt die optimale Operationsmethode bestimmen. Zudem kann er Ihnen genau sagen, welche Gefahren, Komplikationen bzw. Möglichkeiten in Ihrem konkreten Fall bestehen und welche Kosten anfallen werden.



**Bei uns berät Sie immer der Facharzt, der Sie später auch operieren wird.**

Das Beratungsgespräch muss frühzeitig erfolgen, so dass Sie genügend Bedenkzeit haben und alle offenen Fragen vor der Behandlung klären können.

## **Regelmäßige Weiterbildung des Operateurs und des Personals**

Nichts ist so stetig wie die Veränderung – daher müssen alle unsere Fachärzte für Plastische und Ästhetische Chirurgie eine regelmäßige Weiterbildung nachweisen. Und das nicht nur für sich – sondern auch für das Personal.

## **Hochwertige und moderne OP-Ausstattung**

Alle unsere angeschlossenen Fachärzte für Plastische und Ästhetische Chirurgie müssen einen hochwertigen und modernen OP nachweisen. Dies sorgt für die notwendige Sicherheit, wenn während des Eingriffs eine Komplikation entstehen würde.

## **Regelmäßige Kontrolle der Sicherheitsvorkehrungen**

Was nutzen Sicherheitsvorkehrungen, wenn Sie nicht funktionstüchtig sind? Daher müssen alle angeschlossenen Partner regelmäßig ihre Sicherheitsvorkehrungen überprüfen.

## **Haftpflichtversicherung auch für Ästhetische Eingriffe**

Jeder unserer spezialisierten Fachärzte muss uns eine Arzthaftpflichtversicherung nachweisen, die auch ästhetische Eingriffe beinhaltet.

## **Einhaltung gesetzlicher Vorgaben und Verwendung international anerkannter Methoden**

Jeder unserer Partner ist verpflichtet, gesetzliche Vorgaben einzuhalten und unzulässige Werbung zu unterlassen (z. B. Werbung ohne Vorher-Nachher-Bilder, etc.). Jeder unserer Fachärzte ist verpflichtet, nur international anerkannte Behandlungsmethoden zu verwenden, so dass Ihr Risiko möglichst niedrig gehalten wird.

## ***Vollmitglied in der Deutschen Gesellschaft der Plastischen, Rekonstruktiven und Ästhetischen Chirurgen (DGPRÄC – ehemals Vereinigung der Deutschen Plastischen Chirurgen)***

Die Deutsche Gesellschaft der Plastischen, Rekonstruktiven und Ästhetischen Chirurgen, kurz DGPRÄC, ist offizieller Vertreter der deutschen Plastischen Chirurgie und vertritt die allgemeinen und berufspolitischen Interessen der Plastischen Chirurgie.

Zweck und Aufgabe der DGPRÄC ist die Entwicklung und Erhaltung der Plastischen Chirurgie in Deutschland als selbständige Monospezialität. Dazu gehört:

- Die Förderung der Plastischen Chirurgie in praktischer und wissenschaftlicher Hinsicht.
- Die Forschung und Entwicklung von Techniken, Methoden und Fähigkeiten.
- Sicherung und Entwicklung der Ausbildung zum Plastischen Chirurgen.
- Etablierung von Qualitätsstandards der Plastischen Chirurgie.
- Weiterbildung zum Facharzt der Plastischen Chirurgie, was die Qualifizierung der Mitglieder auf breiter Basis ermöglicht.
- Ärztliche Fortbildung von ausgebildeten Fachärzten, zur Sicherung der Qualität der DGPRÄC-Mitglieder.

Die DGPRÄC ist Mitglied im internationalen Dachverband der Plastischen Chirurgen, der International Confederation of Plastic, Reconstructive and Aesthetic Surgery IPRAS.

Im DGPRÄC gibt es unterschiedliche Mitgliedsarten. Jeder unsere Fachärzte für Plastische und Ästhetische Chirurgie muss Vollmitglied der DGPRÄC sein.

## ***Hohe Patientenzufriedenheit und Qualitätskontrolle***

In der Ästhetik geht es nicht nur um das operative Ergebnis – es geht in unseren Augen vielmehr darum, dass Sie sich in Ihrer Haut wohler fühlen. Daher ist für uns eine hohe Patientenzufriedenheit wichtig. Hierzu müssen bei jedem unserer Partner entsprechende Qualitätskontrollen nachgewiesen werden.

Dies ist nicht nur im operativen Bereich so – sondern es geht auch darum, wie z. B. der Operateur auch außerhalb der Sprechzeiten, z. B. für eventuelle Komplikationen erreichbar ist, wie schnell auf Anfragen reagiert wird, dass umfangreiche Nachkontrollen nach der Operation durchgeführt werden, dass umfangreiche Beratungsgespräche durchgeführt werden, etc.

## ***Kostentransparenz und Inklusiv-Angebote***

Oft sitzt der Teufel im Detail. Sie müssen vor der Operation genau wissen, was im Bereich Kosten auf Sie zukommt (inkl. Spezial-BH, Anästhesiekosten, etc. – Details siehe „Preis für eine Brustverkleinerung“).

## *Kann ich die Kosten einer Brustverkleinerung auch finanzieren lassen oder auf Raten bezahlen?*



Nicht immer ist es möglich, einen geplanten Eingriff sofort zu bezahlen. Daher ist bei vielen Menschen die Überlegung vorhanden, den Eingriff auf Raten zu bezahlen. Wir haben daher ein attraktives Finanzierungsangebot entwickelt, so dass Sie auf Ihren Eingriff nicht verzichten müssen (Bonität vorausgesetzt).

Genauere Informationen zu unserer Finanzierung finden Sie unter <https://www.moderne-wellness.de/finanzierung/schoenheitsoperation-finanzierung.htm>



Beratung und Terminvereinbarung: 0800 - 678 45 65 (Deutschland)

## Beratung und Hilfestellungen



Wir hoffen, dass wir Ihnen einige grundlegende Informationen zum Thema Brustverkleinerung geben konnten.

Individuelle Fragen können am einfachsten in einer persönlichen Beratung und Voruntersuchung besprochen werden.

Wir laden Sie recht herzlich zu einem unverbindlichen Beratungsgespräch mit einem unserer spezialisierten Fachärzte für Plastische und Ästhetische Chirurgie ein.

Wir freuen uns darauf, Sie individuell zu beraten und stehen Ihnen gerne für weitere Informationen zur Verfügung.

Ihr Team von Moderne Wellness



<http://www.moderne-wellness.de>

[info@moderne-wellness.de](mailto:info@moderne-wellness.de)

# Brustverkleinerung (Mammareduktion) – OP-Methoden, Risiken, Kosten



Beratung und Terminvereinbarung: 0800 - 678 45 65 (Deutschland)

Unsere spezialisierten Fachärzte für Ästhetische und Plastische Chirurgie finden Sie in:

- |  |   |   |
|--|---|---|
| - Aachen<br>Tel.: 0241 – 576 000 00            | - Braunschweig<br>Tel.: 0531 – 38 999 900 | - Leipzig<br>Tel. 0341 – 604 899 33             |
| - Aschaffenburg<br>Tel.: 06021 – 438 74 83     | - Bremen<br>Tel.: 0421 – 684 868 90       | - München<br>Tel.: 089 – 289 700 310            |
| - Augsburg<br>Tel.: 0821 – 449 701 30          | - Düsseldorf<br>Tel.: 0211 – 468 998 80   | - Münster<br>Tel.: 0251 – 395 903 80            |
| - Bad Dürkheim<br>Tel.: 06322 – 796 99 60      | - Duisburg<br>Tel.: 0203 – 934 685 50     | - Nürnberg<br>Tel.: 0911 – 98 206 333           |
| - Bad Neuenahr<br>Tel.: 02641 – 829 90 00      | - Essen<br>Tel.: 0201 – 507 566 76        | - Osnabrück:<br>Tel.: 0541 – 407 199 60         |
| - Bad Wildungen<br>Tel.: 05621 – 752 47 42     | - Frankfurt<br>Tel.: 069 – 669 669 870    | - Passau<br>Tel.: 0800 – 678 45 65              |
| - Bergisch Gladbach<br>Tel.: 02204 – 959 99 90 | - Halle<br>Tel.: 0345 – 209 307 15        | - Prien am Chiemsee:<br>Tel.: 08051 – 601 49 90 |
| - Berlin<br>Tel.: 030 – 339 887 930            | - Hamburg<br>Tel.: 040 – 471 108 280      | - Rostock:<br>Tel.: 0381 – 383 497 20           |
| - Bielefeld<br>Tel.: 0521 – 384 05 860         | - Hannover<br>Tel.: 0511 – 541 013 30     | - Starnberg<br>Tel.: 08151 – 751 00 00          |
| - Birkenwerder<br>Tel.: 03303 – 518 60 00      | - Karlsruhe<br>Tel.: 0721 – 976 618 20    | - Stuttgart<br>Tel.: 0711 – 888 277 60          |
| - Bocholt<br>Tel.: 02871 – 237 42 51           | - Kassel<br>Tel.: 0561 – 201 802 60       | - Wiesbaden<br>Tel.: 0611 – 510 199 66          |
| - Bonn<br>Tel.: 0228 – 842 500 00              | - Koblenz<br>Tel.: 0261 – 550 201 20      |   |

Informations-Hotline und Beratungstermin bei spezialisierten Fachärzten für Plastische und Ästhetische Chirurgie:  
**0800 – 678 45 65 (Deutschland)**



[facebook.com/ModerneWellness](https://www.facebook.com/ModerneWellness)



[twitter.com/ModerneWellness](https://twitter.com/ModerneWellness)

# Brustverkleinerung (Mammareduktion) – OP-Methoden, Risiken, Kosten



Beratung und Terminvereinbarung: 0800 - 678 45 65 (Deutschland)

---

Ihre Notizen: