

**Bruststraffung vom
Facharzt für Plastische Chirurgie**



**Informationsunterlagen zur
Vorbereitung auf Ihren Beratungstermin**

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

Sehr geehrte Patientin,

jede Frau kann nur für sich selbst beurteilen, ob sie die Form ihrer Brüste attraktiv findet. Sehr individuell sind die Gründe für den Wunsch nach einer anderen Form der Brüste.

Diese Information soll Ihnen grundlegende Informationen zum Thema Bruststraffung geben.

Allgemeines zum Thema Bruststraffung



Für viele Frauen vermindern erschlaffte Brüste das Wohlfühl im eigenen Körper. Sie finden sich nicht mehr attraktiv oder sexy. Eine Bruststraffung kann dies korrigieren.

Wenn Sie z. B. eine Diät durchführen wollen, dann ist es ratsam, dies vor der Operation zu tun. Führen Sie diese erst nach der Operation durch, so kann es erneut zu einer Erschlaffung der Brust führen.

Die Bruststraffung 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 Bruststraffung auch bei jüngeren Patientinnen durchgeführt werden.

Warum erschlafft eine Brust?

Ein Grundgesetz der Natur ist die Schwerkraft. Sie bewirkt, dass alles Richtung Boden wandert. Hierzu gehört auch die Brust. Lässt nun auch die Spannkraft der Haut (z. B. durch eine zu große Belastung nach Schwangerschaften, großen Brüsten oder durch Gewichtsschwankungen) nach, so sackt auch der Brustinhalt nach unten. Die Brust wirkt hängend.

Welches Ergebnis kann ich von einer Bruststraffung erwarten?

Eine Form- und Straffungsveränderung kann abhängig von Ihren Ausgangsvoraussetzungen erreicht werden. Abhängig vom gewünschten Ergebnis wird eine Bruststraffung oftmals auch mit einer Brustverkleinerung oder Brustvergrößerung kombiniert, so dass ein möglichst langfristiges Ergebnis erreicht wird.

Was verändert sich durch eine Bruststraffung?



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. 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 Ergebnisse besprechen und das machbare abklären.

2.) Risiken abwägen

Bei einer Operation sind auch Risiken vorhanden. Klären Sie bitte vor der Operation ab, ob Sie bereit sind, diese Risiken einzugehen und ob eventuell Folgen davon auch

tragbar sind (z. B. Kapselfibrose (bei Operationen mit Implantaten), Wundheilungsstörungen, etc.).

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.

Bruststraffung und Bauchdeckenstraffung zusammen?

Oftmals erschlafft eine Brust aufgrund einer Gewichtsreduktion. Hierbei wird nicht nur die Brust, sondern auch die Bauchdecke schlaff. Eine Bruststraffung kann oft mit einer [Bauchdeckenstraffung \(Bauchdeckenplastik\)](#) in einem Eingriff durchgeführt werden. Dies ist aber immer vom Einzelfall abhängig und muss in einem persönlichen Gespräch genau erläutert werden.

Bruststraffung und Schwangerschaft



Die Bruststraffung 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 Bruststraffung auch bei jüngeren Patientinnen durchgeführt werden.

Ihr Weg zu einer Bruststraffung



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

Bruststraffung / Korrektur einer Hängebrust / Mastopexie



Die Operation selbst ist ein Teil der Gesamtbehandlung Bruststraffung. Die gesamte Behandlung besteht aus:

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

Ohne Beratung keine OP. 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 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. Unsere spezialisierten Fachärzte halten spezielle Sprechzeiten nach Absprache zur Verfügung, so dass auch Sprechzeiten z. B. Samstag oder an einem Dienstleistungsabend möglich sind.

Feststellung individueller Faktoren

Der Facharzt für Ästhetische und Plastische Chirurgie stellt individuelle Faktoren fest, die die zu verwendende OP-Methode und eventuell das zu verwendende Implantat beeinflussen.

Grundsätzlich gibt es drei unterschiedliche OP-Methoden:

- Hall-Finlay
- Benelli
- Lejour

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

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 alles vor der Operation Bruststraffung beachtet und getan werden?

Bevor der Eingriff Bruststraffung 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.

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.

Alkohol und Rauchen

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



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.

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.

Bruststraffung 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. Dies wird mit Ihnen in einer Voruntersuchung mit dem zuständigen Operateur geklärt.

Die Brustoperation Bruststraffung



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.

Krankenhausaufenthalt

Wir raten in den überwiegenden Fällen, eine Bruststraffung stationär durchführen zu lassen. So haben Sie die Sicherheit, dass im Bedarfsfall schnell reagiert werden kann und Sie umfassend betreut werden. Der stationäre Aufenthalt dauert meist einen Tag.

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 Zugangsart, OP-Methode und Erfahrung des Arztes dauert der Eingriff zwischen 1 Stunde und 3,5 Stunden. Teilweise operieren bei unseren Partnern zwei Fachärzte für Plastische Chirurgie, so dass die Operationszeit möglichst kurz und entsprechende Gefahr von Komplikationen und Nebenwirkungen relativ niedrig gehalten wird.

Grundsätzlich gibt es folgende unterschiedlichen Operationsmethoden:

- reine Bruststraffung (reine Straffung des Hautmantels)
- Kombination aus Bruststraffung und Brustvergrößerung
- Kombination aus Bruststraffung und Brustverkleinerung

Auch bei einer reinen Bruststraffung gibt es unterschiedliche Techniken, die je nach individuellen Voraussetzungen eingesetzt oder auch miteinander kombiniert werden können:

- Hall-Findlay
- Benelli
- Lejour

Jeder chirurgische Eingriff birgt ein Risiko von Komplikationen bzw. Nebenwirkungen. Es können z. B. Nachwirkungen des Narkosemittels, Infektionen der Wunde, Schwellungen, Blutungen, Schmerzen, etc. auftreten. Darauf sollten Sie vorbereitet und hingewiesen werden. Aufgrund der

Narkosenebenwirkungen und der Gefahr der Nachblutung raten wir zu einem stationären Aufenthalt, so dass die Gefahr der Komplikationen reduziert und zugleich im Falle einer Komplikation eine schnelle Reaktion möglich ist.

Nach der stationären Betreuung werden durch die folgenden Nachschaftermine eventuelle Störungen der Wundheilung möglichst früh erkannt. Dadurch können sie möglichst frühzeitig korrigiert bzw. schlimmere Komplikationen vermieden werden.

Mögliche Komplikationen und Risiken einer Bruststraffung



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.

Blutgerinnsel (Thromben)

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

Sensibilität der Brustwarze

Die Sensibilität der Brustwarze kann durch die Gewebedehnung und die Durchtrennung der Hautnerven 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.

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.

Wird eine Bruststraffung mit einer Brustvergrößerung kombiniert bzw. durch die Verwendung von Silikonimplantaten erreicht, so können noch folgende Komplikationen auftreten:

Kapselfibrose

Bei der Kapselfibrose (engl. capsular fibrosis) handelt es sich um die Ausbildung einer harten bindegewebsartigen, teilweise schmerzhaften Kapsel, die meist in Folge einer Mammaplastik (Brustvergrößerung) entsteht. Je nach Ausprägung kann oder muss sie behandelt werden. Im schlimmsten Falle muss das Implantat entfernt werden.

Wundheilungsstörung

Als Wundheilungsstörung bezeichnet man einen verzögerten bzw. atypischen Ablauf der Wundheilung. Wundheilungsstörungen können durch systemische und lokale Faktoren bedingt sein.

Lokale wundspezifische Faktoren können die Wundheilung ebenfalls entscheidend beeinträchtigen. Die Vermeidung ihrer Entstehung und frühzeitige Intervention bei ihrem Vorhandensein können die Wundheilung erleichtern.

Lokal bedingte Wundheilungsstörungen entstehen unter anderem durch:

- Wundinfektion
- große, schlecht resorbierbare Hämatome
- mangelnde Ruhigstellung
- Spannung der Wundränder
- Verunreinigung durch Fremdkörper
- Entstehung von Seromen
- Wunddehiszenz nach primärem Nahtverschluss

Wundheilungsstörungen können durch zahlreiche Grunderkrankungen oder Mangelerscheinungen ausgelöst werden, unter anderem:

- Malnutrition: Durch einen Mangel an Proteinen, Kohlenhydraten, Fetten, Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen ist eine schlechte Wundheilung wahrscheinlich,

da der erhöhte Nährstoffbedarf des stoffwechselaktiven Wundgewebes nicht ausreichend gedeckt wird. Ein Mangel an Vitamin C führt zu einer Störung der Kollagensynthese, Calcium ist für den Ablauf der Blutgerinnung unerlässlich.

- Gewebhypoxie: Erkrankungen, die zu einer mangelhaften Versorgung des Gewebes mit Sauerstoff führen, verschlechtern die Wundheilung. Vor allem sind dabei der Diabetes mellitus, Anämien, die pAVK (Nikotinabusus) und die venöse Insuffizienz zu nennen.
- Immundefizienz: Konsumierende Erkrankungen, wie Tumoren oder chronische Infektionskrankheiten beeinträchtigen durch die Schwächung des Immunsystems die Wundheilung.
- Alter: Eine schlechtere Hautdurchblutung und die Schwächung des Immunsystems bedingen bei älteren Menschen im Allgemeinen eine eingeschränkte Wundheilung.
- Medikamente: Unter dem Einfluss von Zytostatika, Antikoagulanzen und Immunsuppressiva kann die Wundheilung verzögert werden.

Überbelastung

Ein Überbeanspruchen des Brustbereiches kann zu Wundheilungsstörungen führen. Sie sollten daher die Ratschläge des Operateurs befolgen. Fragen Sie lieber einmal nach, bevor Sie sich überbelasten.

Rippling

Die Implantate können nach der Operation tastbar sein. Unter Rippling versteht man, dass Implantate wellig werden oder Falten bilden. Dies ist oft nur zeitweise, da sich der Brustmuskel anpassen muss. Rippling ist oft bei sehr schlanken oder zierlichen Personen möglich.

Faltenbildung

Faltenbildungen treten überwiegend bei Implantaten mit Kochsalzlösung auf. Im Einzelfall müssen geeignete Behandlungsmethoden gefunden werden.

Beeinträchtigung Mammografie

Bei Brustkrebsvorsorgeuntersuchungen muss der entsprechende Arzt wissen, dass Sie Implantate besitzen, da er sonst diese als Unstimmigkeit deuten kann. Weiß er darüber Bescheid, dass Sie Implantate besitzen, wird er entsprechende Untersuchungsmethoden verwenden, damit Untersuchungsfehler vermieden werden.

Alterungsprozess Implantat

Es ist möglich, dass heutige, hochwertige Implantate nie ausgetauscht werden müssen. Dies wird durch regelmäßige Kontrolluntersuchungen abgeklärt. Wir empfehlen Kontrolluntersuchungen nach 10 bis 15 Jahren. Achten Sie hierbei auf die Qualität der Implantate, da hochwertige (aber auch teurere) Implantate mehrschichtig sind und meist nicht so schnell altern.

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



Die Operation Bruststraffung 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 einer Bruststraffung?

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

Habe ich nach der Bruststraffung Schmerzen?

Das Schmerzempfinden ist sehr individuell und hängt von folgenden Faktoren ab:

- **je nach OP-Methode**
Wird ein Implantat verwendet und z. B. hinter dem Brustmuskel gesetzt, so ist die Empfindung des Eingriffes am Anfang höher als bei der OP-Methode vor dem Brustmuskel.
- **Eventuell zu verwendende Implantate**
Je größer die Größenveränderung ist, desto intensiver wird das Empfinden sein, da die Haut sich erst entsprechend verändern wird.

Ist ein Spannungsgefühl nach der Operation Bruststraffung normal?

Bruststraffung / Korrektur einer Hängebrust / Mastopexie



In den ersten Wochen nach der Operation werden Sie ein Spannungsgefühl in der Brust haben, da sich die Haut und das Gewebe entsprechend anpasst.

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 Bruststraffung 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 nach einer Bruststraffung 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 Bruststraffung 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 Bruststraffung 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 Bruststraffung wieder in die Sauna?

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

Wann kann ich nach der Bruststraffung wieder auf dem Bauch schlafen?

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

Bruststraffung von spezialisierten Fachärzten für Plastische und Ästhetische Chirurgie in Aachen, Augsburg, Bad Dürkheim, Berlin, Bielefeld, Bocholt, Bochum, Bonn, Dresden, Duisburg, Düsseldorf, Frankfurt, Hamburg, Hannover, Karlsruhe, Kassel, Leipzig, Münster, Nürnberg, Prien am Chiemsee, Osnabrück, Potsdam, Rosenheim, Stuttgart, Starnberg, Wiesbaden

Bruststraffung / Korrektur einer Hängebrust / Mastopexie



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 Bruststraffung 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, so dass der Druckunterschied im Brustbereich sich störend auf die Wundheilung auswirken kann.

Was muss ich nach einer Bruststraffung 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 Bruststraffung 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 all 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 (z. B. von Synchronline das Produkt Terproline Body) unterstützen die schöne Narbenbildung und sorgen

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

für feine und schönere Narben. Lymphdrainagen nach der Operation fördern und beschleunigen den Heilungsverlauf.

Ganz wichtig: Nachsichtetermine

Wichtig für die Vermeidung von Risiken ist die Wahrnehmung der Nachsichtetermine, die Sie in regelmäßigen Abständen wahrnehmen sollten. Hierbei kontrolliert der Plastische Chirurg den Heilungsverlauf und event. Probleme können besprochen oder korrigiert werden. Unsere Fachärzte für Ästhetische und Plastische Chirurgie führen 4 bis 6 Nachsichtetermine 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.

Wonach richtet sich der Preis für eine Bruststraffung bzw. was kostet die Operation?



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

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

Bruststraffung / Korrektur einer Hängebrust / Mastopexie



Der Kostenrahmen bewegt sich meist im Bereich zwischen EUR 4000,- bis EUR 7500,- inkl. aller Nebenkosten (je nach Aufwand und Umfang der Behandlung).

Faktoren, die den Preis beeinflussen sind:

- **Eventuell benötigte Implantate**
Je nach Qualität, Implantat-Art und Größe des Implantates
- **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.
- **Spezial-BH**
Hochwertige und verträgliche Materialien kosten mehr als billige Materialien. Sie tragen diesen BH mehrere Wochen.
- **OP-Dauer**
Ein großer Bestandteil des Preises sind die OP-Kosten selbst, diese sind abhängig von der Operationsdauer. Diese ist wiederum abhängig von der OP-Methode (eventuelle Kombination mit Brustverkleinerung oder Brustvergrößerung, Hall-Findlay, Benelli oder Lejour)
- **Krankenhausaufenthalt**
Der stationäre Aufenthalt und die stationäre Betreuung erhöht Ihre Sicherheit und sorgt für die Verringerung des Komplikationsrisikos. Eine hohe Sicherheit und hochqualifiziertes Krankenhauspersonal kostet Geld.
- **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.
- **Beratung**
Individuelle und ausführliche Beratung ist die Grundlage für eine erfolgreiche Behandlung. Durch eine umfassende Untersuchung kann die geeignete Operationsmethode und der

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

Operationsumfang definiert werden.

- **Nachsorge**

Bei uns sind die Nachsorgetermine inklusive.

- **eventuelle Komplikationen**

Eventuelle Komplikationen und Wundheilungsstörungen müssen berücksichtigt werden.

- **etc.**

Kann ich die Kosten einer Bruststraffung 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>

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



Alle angeschlossenen spezialisierten 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 lernten innerhalb ihrer 6-jährigen Ausbildung, wie große oder schwierige Fehlbildungen bzw. Unfallschäden wiederhergestellt bzw. 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 die Eingriffe nachgewiesen werden.



Beratung vom Operateur

Es geht um Sie! Daher muss der Operateur genau wissen, was Sie sich vorstellen. Dies wird bei einer Voruntersuchung mit dem ärztlich machbaren abgeglichen. Entsprechend kann Ihnen der Operateur auch genau sagen, welche Gefahren, Komplikationen bzw. Möglichkeiten bestehen, so dass Sie für sich überlegen können, ob der Eingriff für Sie in Frage kommt. Das Beratungsgespräch muss frühzeitig erfolgen, so dass Sie genügend Bedenkzeit haben und alle offenen Fragen vor der Behandlung klären können. Nur so ist in unseren Augen eine vertrauensvolle Zusammenarbeit zwischen Patient und Operateur möglich.

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.

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.

Bruststraffung / Korrektur einer Hängebrust / Mastopexie



- 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.

Wenn nötig: Hochwertige Implantate

Unsere angeschlossenen Fachärzte für Plastische Chirurgie verwenden ausschließlich Implantate, die eine FDA-Zulassung und eine lebenslange Austauschgarantie besitzen.

Regelmäßige Kontrolle der Sicherheitsvorkehrungen

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

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.

Haftpflichtversicherung auch für Ästhetische Eingriffe

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

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. Mieder, eventuelle Anästhesiekosten, etc.).

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



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, unzulässige Werbeaussagen wie z. B. "Schlanker in 2 Stunden" etc.). Weiterhin verpflichtet sich jeder Partner, nur international anerkannte Behandlungsmethoden zu verwenden, so dass Ihr Risiko möglichst minimiert wird.

Beratung und Hilfestellungen



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

Individuelle Fragen können am einfachsten in einer persönlichen Beratung 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
www.moderne-wellness.de

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

Bruststraffung / Korrektur einer Hängebrust / Mastopexie



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

- **Aachen**
Dr. med. Helge Jens
Domhofklinik
Katschhof 3
52062 Aachen
Tel.: 0241 – 479 920
- **Augsburg**
Dr. Sven von Saldern
Klinik am Forsterpark
Willy-Brandt-Platz 3 a
86153 Augsburg
Tel.: 0821 – 453 496 19
- **Bad Dürkheim**
Dr. Edwin Messer
Fronhof-Praxisklinik
Fronhofallee 1
67098 Bad Dürkheim
Tel.: 06322 – 988 20 00
- **Berlin**
Dr. Olaf Kauder
Kurfürstendamm 48
10707 Berlin
Tel.: 030 – 882 34 20

Dr. Alexander Schönborn
Schlüterstr. 31
10629 Berlin
Tel.: 030 – 31 80 80 89
- **Bielefeld**
Praxisklinik Dr. Jörg Blesse
Welle 20
33602 Bielefeld
Tel.: 0521 – 934 596 65
- **Bocholt**
Narcanova / Medical Inn
Dr. med. Mehmet Atila
Neutorplatz 2
46395 Bocholt
Tel.: 02871 – 365 00 00
- **Bochum**
Dr. Michaela Montanari
Krockhausstr. 7
44797 Bochum
Tel.: 0234 – 53 06 27 18
- **Bonn**
Praxisklinik
Dr. Bosselmann und
Dr. Siepe
Friedrichstr. 57
53111 Bonn
Tel.: 0228 – 97 66 031
- **Dresden**
Dr. med. Jörg A. Rößler
Oberer Kreuzweg 8
01097 Dresden
Tel.: 0351 – 810 69 39
- **Düsseldorf**
Fachärztliche Privatpraxis
Kö 12
Dr. med. Alexander Hilpert
Königsallee 12
40212 Düsseldorf
Tel.: 0211 – 58 666 40
- **Duisburg**
Kaiserberg Klinik
Dr. med. A. Hilpert
Mülheimer Str. 48
47057 Duisburg
Tel.: 0203 – 393 61 01
- **Frankfurt**
Dr. med. Norbert Kania
Am Hauptbahnhof 12
60329 Frankfurt
Tel.: 069 – 230841
- **Hamburg**
Cosmopolitan Aesthetics
Dres. Boorboor & Kerpen
Mittelweg 123
20148 Hamburg
Tel.: 040 – 679 569 60
- **Hannover**
Dr. Axmann und Dr. Ahmadli
Hildesheimer Str. 265
30519 Hannover-Döhren
Tel.: 0511 - 8039002
- **Karlsruhe**
Dr. med. Klaus Luttenberger
Park-Klinik
Ludwig-Erhard-Allee 20
76131 Karlsruhe
Tel.: 0721 – 935 199 00
- **Kassel**
Noahklinik
Prof. Dr. med. Ernst
Magnus Noah
Kurfürstenstraße 10-12
34117 Kassel
Tel.: 0561 – 201 802 60
- **Leipzig**
Praxisklinik am Markt
Dr. med. Harald Kaisers
Dr. med. Karl Heinz Horak
Markt 16
04109 Leipzig
Tel.: 0341 – 99 99 755
- **Münster**
Dr. med. Wolf Dr. Lürßen
Aasee-Park-Clinic
Annette-Allee 4
48149 Münster
Tel: 0251 – 26 55 285
- **Nürnberg**
Dr. med. Hans Bucher
Am Stadtpark 2
90409 Nürnberg
Tel: 0911 – 569 80 90
- **Osnabrück**
Klinik Dr. Herter
Fr. Dr. med. Claudia Herter
Dr. Kay-Henryk-Herter
Kamp 76
49074 Osnabrück
Tel.: 0541 – 970 54 588
- **Passau**
Ästhetik & Gesundheit im
Stadtturm
Nibelungenplatz 1
94032 Passau
Tel.: 0851 – 851 786 00
- **Potsdam**
Dr. Alexander Schönborn
Ludwig-Richter-Str. 23
14467 Potsdam
Tel.: 0331 – 201 691 91

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

Bruststraffung von spezialisierten Fachärzten für Plastische und Ästhetische Chirurgie in Aachen, Augsburg, Bad Dürkheim, Berlin, Bielefeld, Bocholt, Bochum, Bonn, Dresden, Duisburg, Düsseldorf, Frankfurt, Hamburg, Hannover, Karlsruhe, Kassel, Leipzig, Münster, Nürnberg, Prien am Chiemsee, Osnabrück, Potsdam, Rosenheim, Stuttgart, Starnberg, Wiesbaden

Bruststraffung / Korrektur einer Hängebrust / Mastopexie



- Rosenheim

Fr. Dr. med. Maria Urban
Ortho-Zentrum Rosenheim
Äußere Münchener Str. 94
83026 Rosenheim

Tel.: 08031 – 234960

- Starnberg

Dr. med. Joachim Graf
von Finckenstein
Wittelsbacher Str. 2 a
82319 Starnberg

Tel.: 08151 – 299 68

- Stuttgart

Klinik für Plastische
Chirurgie in Stuttgart
Degerloch
Fr. Dr. med. Andrea Fornoff
Dr. med. Peter Hollos
Jahnstr. 62
70597 Stuttgart

Tel.: 0711 – 979 460

- Wiesbaden

Gemeinschaftspraxis für
Plastische Chirurgie
Dr. med. Nuri Alamuti und
Dr. med. Dietmar Scholz
Schöne Aussicht 39
65193 Wiesbaden

Tel.: 0611 – 565 77 60



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

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

Bruststraffung von spezialisierten Fachärzten für Plastische und Ästhetische Chirurgie in Aachen, Augsburg, Bad Dürkheim, Berlin, Bielefeld, Bocholt, Bochum, Bonn, Dresden, Duisburg, Düsseldorf, Frankfurt, Hamburg, Hannover, Karlsruhe, Kassel, Leipzig, Münster, Nürnberg, Prien am Chiemsee, Osnabrück, Potsdam, Rosenheim, Stuttgart, Starnberg, Wiesbaden