



## PLASTISCHE CHIRURGIE VOM ÄSTHETEN

### KONTAKT & BERATUNG

Die Ästhetik - Medical Spa  
Tal 13, 80331 München

info@aestheten.de  
Tel.: +49 89 954719610

### OPERATIVE EINHEIT MÜNCHEN

Anästhesiezentrum Dr. Müller & Kollegen  
Karlstrasse 42, 80333 München

### OPERATIVE EINHEIT BAD GRIESBACH

Klinik & Hotel St. Wolfgang  
Asklepios Klinik Bad Griesbach  
Ludwigpromenade 6, 94086 Bad Griesbach



---

## PATIENTENRATGEBER ZUM THEMA FETTABSaugUNG

### Zeigen Sie mehr von weniger

Eine moderne Fettabsaugung ist eine erfolgreiche Methode, um hartnäckige Fettpolster dauerhaft zu entfernen und damit ein völlig neues Körpergefühl zu erhalten. Allerdings darf man dabei nicht vergessen, dass eine Liposuktion kein Zaubermittel oder „schnelle Diät“ für stark übergewichtige Personen ist. Ziel einer Fettabsaugung ist es lokale Fettpolster, die einer Diät nicht oder nur schwer zugänglich sind zu entfernen um damit eine Kontur- und Formverbesserung zu erzielen.

Am häufigsten wird Fett im Bereich der Außen - und Innenseiten der Oberschenkel, am Bauch, am Po oder im Bereich der Hüften abgesaugt. Gerade hier lagern sich Fettpolster an, die weder durch gezielte Gymnastik noch durch Diäten verschwinden wollen.

Prinzipiell eignen sich folgende Regionen für eine Fettabsaugung:

- Doppelkinn
- Oberarme
- Bauch
- Rücken
- Hüfte, Taille und Gesäß
- Reiterhosen
- Oberschenkelinnenseiten
- Knieinnenseiten
- Unterschenkel, Wade, Fesseln (*eingeschränkt*)



## **Der Eingriff**

Wir führen Fettabsaugungen in einem von uns entwickelten, modularen Konzept durch. Hierbei kombinieren wir verschiedene Techniken für eine möglichst effiziente und schonende Vorgehensweise. Der Eingriff erfolgt in einer modernen, schonenden Dämmerschlaf-Betäubung und Sie sind stets gut überwacht durch unser erfahrenes Narkoseteam.

Zu Beginn werden Sie von unserem Plastischen Chirurgen untersucht und im Anschluss werden die Behandlungsregionen angezeichnet. Hier haben Sie auch nochmals Gelegenheit mögliche Fragen zu stellen.

Nach einer Vorbehandlungsphase bestehend aus einer Ultraschallbehandlung mit dynamischem Ultraschall (LDM -Technologie) wird das Fettgewebe mit Flüssigkeit aufgefüllt (=Super Wet - Technik; Kochsalzlösung mit Zusatzstoffen, u. a. lokales Betäubungsmittel).

Nach einer Einwirkzeit von 45 - 60 Minuten werden die Fettzellen darauf hin in der gewebeschonenden Feinnadel - Vibrations - Lipektomie - Technik (=Rütteltechnik) abgesaugt. Hierbei kann es nötig sein, Sie in verschiedenen Positionen zu lagern (Rückenlage, Bauchlage, Seitenlage) um die einzelnen Körperregionen optimal absaugen zu können.

Je nach Hautqualität und Straffheit der Haut kann es empfehlenswert sein, die Fettabsaugung noch um eine hautstraffende Zusatzbehandlung zu ergänzen. In diesen Fällen erfolgt zusätzlich eine spezielle Behandlung mit Radiofrequenz unter der Haut. Dieses als Bodytite bekannte Verfahren konnte in vielen medizinischen Studien seine Effektivität bei der Straffung / Glättung der Haut unter Beweis stellen. Die Ästheten vertrauen diesem Verfahren seit Jahren.

Nach einer abschließenden Kontrolle (wichtig um Ungleichmäßigkeiten auszuschließen) und Versorgung der kleinen Einstiche, wird der Spezialverband aus individuell angepassten Schaumstoffpolstern, zur sofortigen Formgebung, angepasst und die Kompressionskleidung angelegt.

Da der Eingriff sehr schonend und ohne Vollnarkose durchgeführt wird (in Sedierung = Dämmerschlaf), ist in der Regel ein ambulantes Vorgehen möglich. D.h., Sie können nach einer Erholungszeit von ca. 1-2 Stunden nach Hause gehen. Bei weiter Anreise oder auf Wunsch können Sie selbstverständlich auch über Nacht bleiben und nach dem Verbandswechsel am nächsten Tag abreisen.

## **Nach der Behandlung**

Am nächsten Tag wird der aufwendige Verband entfernt, eine Kontrolluntersuchung durchgeführt und im Anschluss die Kompressionskleidung evtl. in Kombination mit einem Tapeverband wieder angelegt. Nach einer ersten Ultraschallnachbehandlung treten Sie dann die Heimreise an.

Nach ca. zwei Wochen werden die Fäden an den Einstichstellen gezogen. Die zu Anfang geröteten Narben verblassen schnell und sind nach ein paar Monaten in der Regel kaum mehr sichtbar. Ab da reicht es aus, die Kompressionskleidung lediglich am Tag zu tragen. Termine für unser Nachbehandlungsprogramm stimmen wir mit Ihnen individuell ab.



### **Zu Hause zu beachten**

Für den Körper generell anstrengende Aktivitäten (Sport, etc.) sollten Sie in den ersten Tagen nach dem Eingriff vermeiden. Ihrer beruflichen Tätigkeit können Sie in der Regel nach 2-3 Tagen wieder nachgehen. Wir empfehlen daher rechtzeitig Urlaub für diese Zeit beim Arbeitgeber einzureichen. Blaue Flecken treten in der Regel nur wenig auf und sind nach ca. 2 Wochen verschwunden. Für die feinen Einstichstellen empfehlen wir Ihnen einen speziellen Narbenpflegestift und Sonnenschutz mit hohem Faktor für die ersten 6 Monate.

Kontrollen erfolgen am Tag nach dem Eingriff, nach zwei Wochen zum Fäden ziehen und nach 3 Monaten zur Abschlusskontrolle. In den ersten 4-6 Wochen ist es unbedingt nötig die angepasste Kompressionskleidung (evtl. auch einen Tapeverband) zu tragen. Das endgültige Ergebnis ist nach 3-4 Monaten zu sehen, wobei Sie aber schon am nächsten Tag die positive Veränderung erkennen können.

### **Kosten**

Die Kosten einer Fettabsaugung beinhalten unter anderem die Narkose, das Operationsteam und die Nachsorge zzgl. eventuellen Übernachtungskosten.

In einem ersten und unverbindlichen Beratungsgespräch besprechen wir Ihre Wünsche und Ziele und entwickeln Ihren persönlichen Behandlungsplan. Am Ende des Beratungsgespräches erhalten Sie einen Kostenplan entsprechend Ihren Wünschen.

**Eine Finanzierung der Operation ist selbstverständlich möglich.**

### **Kurzinfo**

OP-Dauer: ca. 2-4 Std. (je nach Vorgehen)

Narkose: örtliche Betäubung, Dämmer Schlaf

Klinikaufenthalt: ambulant, auf Wunsch 1 Nacht im Partnerhotel mit medizinischer Betreuung

Fadenentfernung: nach ca. 10 Tagen

gesellschaftsfähig: nach ca. 2-3 Tagen, im Gesicht ca. 7 Tage

### **Häufige Fragen und Antworten zur Fettabsaugung (Liposuktion)**

*Wann sollte eine Fettabsaugung (frühestens) durchgeführt werden?*

Es gibt hier keine Richtlinie. Generell ist es aber sinnvoll, dass Sie Ihr persönliches Wohlfühlgewicht haben, in naher Zukunft keine Diät planen und sich an lokalen Problemzonen stören (z.B. Reiterhosen, Doppelkinn oder Bauchspeck).

*Bin ich ein geeigneter Patient?*

Ideale Voraussetzungen für eine Fettabsaugung bestehen, wenn Sie

- mindestens 18 Jahre alt sind,
- allgemein in guter körperlicher Verfassung sind,
- nicht schwanger sind,
- derzeit keine deutlichen Gewichtsschwankungen haben,
- keine Diät planen.



### *Was passiert beim persönlichen Beratungsgespräch?*

Während der persönlichen, ca. einstündigen Beratung durch einen Facharzt für Plastische & Ästhetische Chirurgie haben Sie die Gelegenheit mit uns über Ihre persönlichen Wünsche und Erwartungen zu sprechen. Wir werden Ihnen die unterschiedlichen Möglichkeiten, das Verfahren selbst, die jeweiligen Risiken und Grenzen sowie die notwendige Narkoseform erklären. Wir führen eine gezielte Untersuchung durch, machen uns ein Bild über die Verteilung und Qualität Ihrer Haut und Ihres Fettgewebes, machen digitale Fotos zur Dokumentation und besprechen sie gleich am Bildschirm mit Ihnen. Anhand der erhaltenen Informationen können Sie sich im Anschluss in Ruhe Gedanken machen und eine Entscheidung treffen.

**Beratungen werden bei uns immer vom Operateur durchgeführt.**

### *Was kann ich durch eine Fettabsaugung erreichen?*

Lokale Problemzonen werden abgesaugt und das Fettgewebe langfristig entfernt. Ziel ist es, eine wohlgeformte Körpersilhouette zu erreichen. Eine deutliche Gewichtsreduktion wird nicht erreicht, da eine Liposuktion stets eine lokale, formgebende und keine schlankmachende Behandlung ist.

### *Sind Voruntersuchungen nötig?*

Allergien gegen Medikamente, Pflaster oder Salben sollten Sie uns in jedem Fall mitteilen, ebenso andere Vorerkrankungen an Schilddrüse, Herz oder Lunge, auch Diabetes mellitus und regelmäßigen Medikamentengebrauch. Sollten Sie sonst gesund sein, werden vor der Operation lediglich Ihr Blutbild und die Blutgerinnung, bei vorerkrankten Patienten auch das Herz (EKG) und die Lunge (Röntgen), untersucht.

### *Was ist vor der Operation zu beachten?*

Ihre Haut können Sie vor der Operation durch besondere Pflege vorbereiten und schützen und die Durchblutung durch kaltes Abduschen anregen. Ideal ist eine Lymphdrainage ca. 1 - 3 Tage und Ultraschallbehandlungen vor dem Eingriff. Ohringe oder Piercings sollten vollständig entfernt werden. Bei Hautentzündungen muss eine Vorbehandlung erfolgen, die Sie problemlos selbst durchführen können. Außerdem sollten Sie für die Dauer von 14 Tagen vor der Operation keine Schmerzmittel wie z.B. Aspirin einnehmen, da diese die Blutgerinnung verzögern. Auch auf Alkohol, Schlafmittel, Sonnenbank und Nikotin sollten Sie weitgehend verzichten.

### *Wie verläuft die Operation für mich?*

Durch beruhigende Medikamente sind Sie vor und während des Eingriffes sehr entspannt, aber die ganze Zeit wach und ansprechbar - es sei denn, Sie wollen lieber schlafen. Bevor wir beginnen, werden die einzelnen Absaugzonen exakt angezeichnet und mit Ihnen besprochen. Die Haut wird zur OP-Vorbereitung mehrfach desinfiziert. Dann beginnt der Eingriff in den oben beschriebenen Phasen. Nach der Erholungsphase im Aufwachraum können Sie sich Ihre mitgebrachte, bequeme Kleidung anziehen und in der Regel nach Hause gehen. Dort sollten Sie sich schonen. Am nächsten Tag sehen wir uns wieder zur Kontrolluntersuchung.

### *Wie wird eine Fettabsaugung durchgeführt?*

Bei der Fettabsaugung gibt es verschiedene Vorgehensweisen je nach zu behandelnder Region und Befund. Im Anschluss schildern wir den Ablauf bei einer modularen Fettabsaugung, wie wir sie z.B. bei Reiterhosen oder an Bauch und Hüften durchführen. Abweichungen im Vorgehen in anderen Regionen erläutern wir Ihnen aber natürlich ausführlich in einem Beratungsgespräch.



Nach einer Vorbehandlungsphase bestehend aus einer Ultraschallbehandlung mit dynamischem Ultraschall (LDM-Technologie) wird das Fettgewebe mit Flüssigkeit aufgefüllt (=Super Wet - Technik; Kochsalzlösung mit Zusatzstoffen, u.a. lokales Betäubungsmittel). Nach einer Einwirkzeit von 45 - 60 Minuten beginnen wir die Fettzellen im Behandlungsgebiet aufzulösen. Die aufgelösten Fettzellen werden daraufhin in der gewebeschonenden Feinnadel-Vibrations-Lipektomie-Technik (=Rütteltechnik) abgesaugt. Ein Radiofrequenz - Body - Contouring zur Hautstraffung beendet den eigentlichen Eingriff (optional). Nach einer abschließenden Kontrolle (Wichtig um Ungleichmäßigkeiten auszuschließen) und Versorgung der kleinen Einstiche wird der Spezialverband aus individuell angepassten Schaumstoffpolstern, zur sofortigen Formgebung, angepasst und die Kompressionskleidung angelegt.

*Wie lange dauert die OP, der Aufenthalt und welche Narkose wird angewendet?*

Die Operationszeit für eine Fettabsaugung ist aufgrund des mehrstufigen Vorgehens etwas länger. Sie variieren zwischen 2-4 Stunden, abhängig von dem jeweiligen Vorgehen. Der Eingriff wird ambulant und in lokaler Betäubung mit Dämmerschlaf vorgenommen. Eine anschließende Übernachtung ist selbstverständlich auf Wunsch möglich.

*Was ist direkt nach der OP zu beachten?*

Nach der Operation erhalten Sie eine spezielle Schmerzmedikation. Sie tragen einen Kompressionsverband und es kann auch ggf. Flüssigkeit (Tumesenzlösung) aus dem Verband auslaufen. Vor der Entlassung bekommen Sie von uns noch genaue Hinweise für die erste Zeit zu Hause.

*Ändert sich das Gefühl an der Haut?*

Eine gewisse Änderung der Sensibilität ist kurz nach dem Eingriff in geringem Umfang möglich und stellt sich nach einiger Zeit von alleine wieder ein.

*Sieht man die Narben an den Einstichstellen deutlich?*

Nein, bei normalem Verlauf verbleibt eine fast nicht sichtbare, kleine Narbe. Sollten Sie jedoch eine Veranlagung zu Narbenproblemen haben, erwähnen Sie dies bitte im Vorgespräch.

*Wie viele Schmerzen werde ich haben?*

In den ersten Tagen werden Sie einen leichten Wundschmerz („Muskelkater“ ähnlich) verspüren, der jedoch sehr gut mit einfachen Schmerzmitteln zu behandeln ist, die wir Ihnen rezeptieren.

*Ist eine Nachbehandlung erforderlich?*

Ja, die Nachbehandlung ist sehr wichtig. Die behandelten Regionen sollten mit einer Kompressionskleidung evtl. auch einem Tapeverband gestützt werden um eine gute Hautstraffung und Formung zu gewährleisten. Darüber hinaus ist eine Nachbehandlung mit Lymphdrainagen und Ultraschall sinnvoll um die Schwellungen und Wassereinlagerungen schnell aus dem Gewebe zu entfernen. Nach 2 Wochen empfehlen wir einen speziellen Narbenpflegestift auf die kleinen Einschnitte aufzutragen. Mit kalten Duschen können Sie die Durchblutung anregen und die Heilung unterstützen. Direkte Sonneneinstrahlung ist zu vermeiden. Damit Sie eine optimale Nachbehandlung erhalten haben wir für Sie ein spezielles Nachbehandlungsangebot vorbereitet (Fragen Sie uns danach!).

*Wann kann ich wieder Sport treiben oder arbeiten?*

In den ersten Tagen sollte jede Mehrdurchblutung verhindert werden. Mehrdurchblutung führt



immer zu einer Schwellung, welche die Wundheilung verlangsamt.

Nach ca. 4-7 Tagen können Sie aber bereits wieder eingeschränkt Sport treiben. Intensive sportliche Aktivitäten können nach ca. 2 Wochen erfolgen.

Die Rückkehr an Ihren Arbeitsplatz hängt von den Anforderungen dort ab. Die Spanne liegt zwischen 1-7 Tagen. Planen Sie also etwas Urlaub ein und bedenken Sie auch, wie viel Ihre Umgebung von dem Eingriff „sehen“ soll.

Eine Schonung und vorsorgliche Umverteilung der zu erwartenden Aufgaben zu Hause (Einkaufen, Kinder und Hundebetreuung etc.) ist aber gerade in den ersten Tagen sinnvoll.

#### *Gibt es Alternativen zu einer Fettabsaugung?*

Seit 2011 arbeiten die Ästheten mit Coolsculpting, dem derzeit wohl modernsten System zur schonenden Entfernung von kleinen Fettansammlungen. Die Technik der Kryolipolyse eignet sich hervorragend für kleine, lokale Fettdepots und kann daher durchaus eine Alternative zur Fettabsaugung darstellen. Bei der Beratung werden Sie, falls Ihr Befund sich dafür eignet, auch über dieses Verfahren informiert und können dann entscheiden, welches Vorgehen Sie favorisieren.

Dennoch ist die Fettabsaugung nach wie vor der „golden Standard“, wobei auch hier nicht Fettabsaugung gleich Fettabsaugung ist, da sich je nach Technik auch die Ergebnisse und Nebeneffekte deutlich unterscheiden.

#### *Wie lange hält das Ergebnis an?*

Eine Fettabsaugung entfernt Fettzellen. Somit entsteht ein langfristiger Effekt. Dennoch ist auch eine Fettabsaugung keine lebenslange Figur-Garantie. Da nie alle Fettzellen in einer Region entfernt werden können und dürfen, führt starke Gewichtszunahme auch zu einer Umfangszunahme in ehemals behandelten Regionen.

#### *Welche Qualifikation sollten Ärzte haben, die solche Operationen durchführen?*

Bei uns werden ästhetische Eingriffe ausschließlich durch Fachärzte für Plastische & Ästhetische Chirurgie durchgeführt, die auf ästhetische Operationen spezialisiert sind. Diese Berufsbezeichnung ist der einzige geschützte Begriff auf dem Gebiet der Ästhetischen Chirurgie. „Schönheitschirurg“ oder „Ästhetischer Chirurg“ kann sich jeder nennen und Qualifikation vortäuschen.

Wir sind u. a. ordentliche Mitglieder der Deutschen Gesellschaft der Plastischen, Rekonstruktiven und Ästhetischen Chirurgen (DGPRÄC), der European Society of Plastic, Reconstructive and Aesthetic Surgery (ESPRAS) und der International Confederation for Plastic, Reconstructive and Aesthetic Surgery (IPRAS). Wir besitzen jahrelange Erfahrung und bilden uns regelmäßig auf nationalen und internationalen Kongressen weiter.

#### *Was ist, wenn ich eine weitere Anreise habe?*

Mit Patienten, die von sehr weit anreisen, führen wir ein erstes Telefongespräch, bei dem grundsätzliche Fragen geklärt werden. Bleibt ein OP- Wunsch bestehen können wir anhand eines geeigneten Fotos eine vorläufige Aussage treffen und einen OP-Termin organisieren. Bei einem Gespräch einen Tag vor der möglichen Operation prüfen wir endgültig ob eine Operation sinnvoll ist und auch medizinisch durchgeführt werden kann.

Damit Sie so viel Komfort wie möglich um den Eingriff herum haben organisieren wir gerne Anreise, Transfer vom/zum z.B. Flughafen und Unterbringung für Sie.



PLASTISCHE CHIRURGIE VOM ÄSTHETEN

*Wo kann ich vorher – nachher Fotos sehen?*

Gerne zeigen wir Ihnen im Rahmen des persönlichen Beratungsgespräches Vorher – Nachher Fotos.

*Kann ich die Kosten der Operation finanzieren lassen?*

Ja! – Gerne sind wir Ihnen behilflich bei der Ausarbeitung einer individuellen Finanzierung.

*Wo kann ich einen Termin zur Beratung vereinbaren?*

Sie erreichen uns telefonisch unter 089 – 954719610, per E-Mail unter [info@aestheten.de](mailto:info@aestheten.de) um weitere Informationen zu erhalten und einen Termin zur Beratung zu vereinbaren.

Ihr Ästheteten-Team freut sich auf Sie!



DIE ÄSTHETEN  
– es ist so einfach –

Stand07-2018

Bitte beachten Sie!

Die Informationen, die Sie in unserem Patientenratgeber finden sind nur als eine Verständnishilfe für den interessierten, aufgeklärten Patienten zu verstehen. Sie ersetzen nie ein persönliches Gespräch mit einem Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie und eine patientenbezogene Untersuchung. Ebenso ist der Inhalt als eine Garantie für das Ergebnis einer Behandlung zu verstehen. Bevor Sie sich zu einer derartigen Operation entschließen, sollten Sie sich ausführlich mit Ihrem Plastischen Chirurgen beraten, welche Ergebnisse unter Berücksichtigung Ihrer persönlichen Vorstellungen und körperlichen Voraussetzungen realistisch erzielt werden können. Über spezielle und individuelle Risiken, Einschränkungen und Möglichkeiten wird Sie der Operateur gezielt aufklären.