



PLASTISCHE CHIRURGIE VOM ÄSTHETEN

KONTAKT & BERATUNG

Die Ästheten - 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 MÄNNERBRUST OP REDUKTION UND STRAFFUNG BEI (PSEUDO-)GYNÄKOMASTIE

Eine Vergrößerung der Brustdrüse nennt man (Pseudo-)Gynäkomastie. Sie tritt bei bis zu 50% aller Männer im Laufe des Lebens auf. Die Vergrößerung der männlichen Brust kann verschiedene Ursachen haben, z.B. Hormonschwankungen in der Pubertät, Medikamente, Einnahme von Hormonen oder auch gesteigerter Alkoholkonsum. Eine - sehr seltene - Ursache ist eine hormonelle Störung (2-5% der Fälle, die meist schon im Kindesalter auffällig werden), die im Vorfeld einer ästhetischen Behandlung beim Hausarzt oder Internisten ausgeschlossen werden sollte. Hormonelle Ursachen können sein: Hoden-, Hypophysen- oder Nebennierentumore. Aber auch eine Lebererkrankung kann die Ursache sein.

In aller Regel handelt es sich aber bei der Vergrößerung der männlichen Brust um eine sogenannte Pseudogynäkomastie und der Hormonstatus der betroffenen Männer ist vollkommen normal. In diesen Fällen besteht das vermehrte Brustvolumen aus Fettgewebe und kann hervorragend mit einer speziellen Art der „Fettabsaugung“ behandelt werden.

Sollte neben dem vermehrten Vorhandensein von Fett-/Drüsengewebe auch ein deutlicher Hautüberschuss an der Brust vorhanden sein kann die Brust ergänzend auch im selben Eingriff gestrafft werden. Hier eignet sich in der Regel der kombinierte Einsatz der Bodytite-Technik, einer innovativen Art der „narbenlosen“ Hautstraffung mit Radiofrequenz. In seltenen Fällen kann es aber nötig sein die Brust durch operative Entfernung überschüssiger Haut „klassisch“ zu straffen.



Der Eingriff

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

Der Eingriff erfolgt in einer modernen, schonenden Dämmerschlaf-Betäubung und Sie sind stets gut überwacht durch unser erfahrenes Narkoseteam. Auf Wunsch kann der Eingriff auch nur in lokaler Betäubung erfolgen.

Die Verkleinerung der männlichen Brust führen wir in einem von uns entwickelten, modularen Vorgehen durch. Bei der häufigen Pseudogynäkomastie arbeiten wir in drei Schritten: Zunächst wird die Brust mit dynamischem Ultraschall (LDM-Technologie) vorbehandelt um durch den erzeugten hohen Gewebedruck das Fettgewebe für Flüssigkeiten „aufnahmefähig“ zu machen. Nachfolgend infiltrieren wir eine spezielle, sogenannte Tumeszenzlösung aus Kochsalzlösung, Betäubungsmittel, etc. Hierauf folgt die Feinnadel-Vibrations-Lipektomie (Fettabsaugung). Als Abschluss werden die wenigen, notwendigen Einstichstellen (2/Seite; ca. 5mm lang) verschlossen und ein Spezialverband angelegt.

Sollte dieses schonende Vorgehen nicht möglich oder nicht ausreichend sein, bieten sich verschiedene alternative oder ergänzende Techniken zur Korrektur der männlichen Brust, die wir Ihnen nachfolgend in aller Kürze darstellen wollen.

1) Entfernung der kompletten Brustdrüse: Dies kann notwendig sein wenn z.B. der Düsenkörper stark verhärtet ist, schmerzt oder deutlich vergrößert ist. In diesem Fall wird die Drüse über eine Narbe in der Brustwarze operativ komplett entfernt. Je nach Befund kann diese Methode anstelle oder in Kombination zum obengenannten Standardverfahren eingesetzt werden.

2) Ergänzende narbenlose Hautstraffung mit Radiofrequenz (=Bodytite-Technik): Bei diesem innovativen Verfahren führen wir in dieselben kleinen Hautöffnungen wie wir sie für die Fettentfernung nutzen (siehe oben) eine schmale Sonde ein. Über diese Sonde geben wir die „sogenannte“ Radiofrequenz, einen ultra-hochfrequenten Stromimpuls, ab. Durch computer-kontrollierte Erwärmung des Gewebes auf Temperaturen jenseits von 40°C erzeugen wir einen milden thermischen Schaden, der in der Folge eine Gewebestraffung erzeugt. Hierzu machen wir uns die körpereigene Wundheilung zu Nutze, die durch Regeneration des Gewebes den hautstraffenden Effekt auslöst.

3) Brustlifting: In seltenen Fällen kann es notwendig sein (z.B. nach starkem Gewichtsverlust und dem Vorliegen einer stark vergrößerten Brust) überschüssige Haut chirurgisch zu entfernen (=operative Bruststraffung). In aller Regel ist es in diesen Fällen sinnvoll zunächst das Fettgewebe abzusaugen um dann in einem 2. Schritt die überschüssige Haut zu entfernen. Damit dies kosmetisch möglichst günstig erfolgen kann wird die Haut entweder nur über einen Schnitt um die Brustwarze herum oder zusätzlich noch über einen vertikalen Schnitt von der Brustwarze nach unten bis zur Brustunterfalte entfernt. Dieser Eingriff erfolgt in Vollnarkose und macht einen Aufenthalt von 1-2 Tagen notwendig.



Da die Fettentfernung bei Pseudogynäkomastie evtl. auch mit gleichzeitiger Straffung der Haut mittels Bodytite (häufigstes Vorgehen und in der Regel ausreichend) ein sehr schonendes Vorgehen darstellt 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.

Im Anschluss an die Absaugung bei Pseudogynäkomastie werden im OP-Saal spezielle Schaumstoff-Platten auf der Brust platziert, die der Brusthaut an den wichtigen Stellen extra Halt und Form geben. Darüber wird eine maßgefertigte Kompressionsweste angelegt, die Sie vier Wochen tragen sollten. Dadurch wird verhindert, dass sich in den entstandenen Hohlräumen Flüssigkeit ansammelt oder Narben und Knötchen entstehen. Am Tag nach dem Eingriff legen wir Ihnen eine Art „Rucksackverband“ aus Spezial-Tape an um die Brusthaut zu entlasten und das Verkleben der Haut mit dem Unterhautgewebe zu begünstigen. Die Fäden an den kleinen Narben werden nach 2 Wochen gezogen. Die zu Anfang geröteten Narben verblassen schnell und sind nach ein paar Monaten kaum mehr sichtbar.

Nach der Behandlung

Am nächsten Tag wird eine Kontrolluntersuchung durchgeführt. Nach einer ersten Ultraschallnachbehandlung, der Anpassung einer Art „Rucksackverband“ aus Spezial-Tape - um die Brusthaut zu entlasten und das Verkleben der Haut mit dem Bindegewebe zu begünstigen - und den Anlegen der maßgefertigten Kompressionsweste treten Sie dann die Heimreise an.

Nach ca. 10 Tagen werden vorhandene Hautfäden gezogen. Die zu Anfang geröteten Narben verblassen schnell und sind nach ein paar Monaten in der Regel kaum mehr sichtbar. Termine für unser Nachbehandlungsprogramm stimmen wir mit Ihnen individuell ab.

Zu Hause zu beachten

Die Behandlungsregion sollte möglichst bald gekühlt werden, um etwaige Blutergüsse und Schwellungen klein zu halten. Das gilt auch für die ersten 2 - 3 Tage nach dem Eingriff. Die Patienten sollten in dieser Zeit mit leicht erhöhtem Oberkörper im Bett liegen und den Körper generell anstrengende Aktivitäten vermeiden (lesen, TV schauen, Sport, etc.).

Nach Entfernung der Fäden kann auch wieder Wasser an die Haut im Wundbereich kommen. Ihrer beruflichen Tätigkeit können Sie in der Regel nach ca. 2-14 Tagen (je nach Technik) wieder nachgehen. Wir empfehlen daher rechtzeitig Urlaub für diese Zeit beim Arbeitgeber einzureichen. Für die feinen Narben empfehlen wir Ihnen einen speziellen Narbenpflegestift und Sonnenschutz mit hohem Faktor für die ersten 6 Monate.

Kontrollen erfolgen am Tag nach dem Eingriff, nach ca. 10 Tagen zum Fäden ziehen und nach 3 Monaten zur Abschlusskontrolle. Das endgültige Ergebnis ist nach 3-4 Monaten zu sehen, wobei Sie aber schon nach wenigen Tagen die positive Veränderung erkennen können.

Kosten

Die Kosten einer Gynäkomastie OP 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 Stunden (je nach Vorgehen)

Narkose: örtliche Betäubung, Dämmer Schlaf oder Vollnarkose (nur bei klassischer Bruststraffung)

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

Fadenentfernung: nach ca. 10 Tagen

arbeitsfähig: nach ca. 2-14 Tagen

Häufige Fragen und Antworten zur Behandlung der Gynäkomastie (Männerbrust)

Was kann ich durch eine Behandlung der Männerbrust erreichen?

Durch die Verminderung von Fett- und Drüsengewebe wird die Brust flacher und männlicher. Eine zusätzliche Straffung der Haut verstärkt diesen Eindruck häufig noch. Das Ausmaß der Veränderung ist natürlich von Patient zu Patient unterschiedlich.

Bin ich ein geeigneter Patient?

Ideale Voraussetzungen für diesen Eingriff bestehen, wenn Sie

- allgemein in guter körperlicher Verfassung sind,
- nicht schwanger sind.

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.

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 Abwaschen anregen. Ideal ist eine Lymphdrainage ca. 1 - 3 Tage und Ultraschallbehandlungen vor dem Eingriff. Ohrringe 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 ansprechbar - es sei denn, Sie wollen lieber schlafen. 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 Männerbrust behandelt?

Die Verkleinerung der männlichen Brust führen wir in einem von uns entwickelten, modularen Vorgehen durch. Bei der häufigen Pseudogynäkomastie arbeiten wir in drei Schritten: Zunächst wird die Brust mit dynamischem Ultraschall (LDM-Technologie) vorbehandelt um durch den erzeugten hohen Gewebedruck das Fettgewebe für Flüssigkeiten „aufnahmefähig“ zu machen. Nachfolgend infiltrieren wir eine spezielle, sogenannte Tumeszenzlösung aus Kochsalzlösung, Betäubungsmittel, etc. Hierauf folgt die Feinnadel-Vibrations-Lipektomie (Fettabsaugung). Als Abschluss werden die wenigen, notwendigen Einstichstellen (2/Seite; ca. 5mm lang) verschlossen und ein Spezialverband angelegt.

Bei Verhärtung der Brustdrüse oder deutlichen Hautüberschuss kann es nötig sein noch zusätzliche Behandlungsschritte zu ergänzen. (siehe oben unter der Eingriff).

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

Die Operationszeit variiert zwischen 2 und 4 Stunden, abhängig von dem jeweiligen Vorgehen. Der Eingriff wird ambulant und in lokaler Betäubung mit Dämmer Schlaf vorgenommen. In seltenen Fällen kann eine Vollnarkose nötig sein. Eine anschließende Übernachtung ist selbstverständlich auf Wunsch möglich.

Was ist direkt nach der OP zu beachten?

Nach der Operation sind Schmerzen und Unbehagen normalerweise nicht besonders groß. Die Symptome werden mit Medikamenten behandelt. Im Bett sollten Sie darauf achten, Kopf und Oberkörper immer leicht erhöht zu halten. Ebenfalls ist es sinnvoll den operierten Bereich zu kühlen (kühlende Gelkissen). Seien Sie nach Möglichkeit nicht zu aktiv und vermeiden Sie alle für den Körper generell anstrengenden Aktivitäten (Sport, etc). 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, gerade auch um die Brustwarze, ist kurz nach dem Eingriff in geringem Umfang möglich und normalisiert sich nach einiger Zeit von alleine wieder.

Sieht man die Narben deutlich?

Nein, bei normalem Verlauf verbleiben fast nicht sichtbare Narben. Je nach Lage der Narben (siehe „Der Eingriff“) ist diese später nicht oder kaum zu sehen. 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 verspüren, der jedoch sehr gut mit einfachen Schmerzmitteln zu behandeln ist, die wir Ihnen rezeptieren.

Ist eine Nachbehandlung erforderlich?

Nicht zwingend. Dennoch empfehlen wir eine Nachbehandlung mit Lymphdrainagen und Ultraschall um mögliche 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. 10 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 3-14 Tagen (je nach Vorgehen und Heilung). 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 zur operativen Behandlung der Männerbrust?

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 eventuell eine Alternative 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 Fett-/Drüsenentfernung nach wie vor der „golden Standard“.

Wie lange hält das Ergebnis an?

Den normalen Alterungsprozess oder erneute Gewichtszunahme kann auch eine Operation nicht stoppen. Dennoch kann man von einer langfristigen Formveränderung ausgehen.

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. Die 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 Dt. 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).



PLASTISCHE CHIRURGIE VOM ÄSTHETEN

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.

Wo kann ich vorher – nachher Fotos sehen?

Gerne zeigen wir Ihnen im Rahmen des persönlichen Beratungsgesprächs 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 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 –

Stand 07-2018

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.