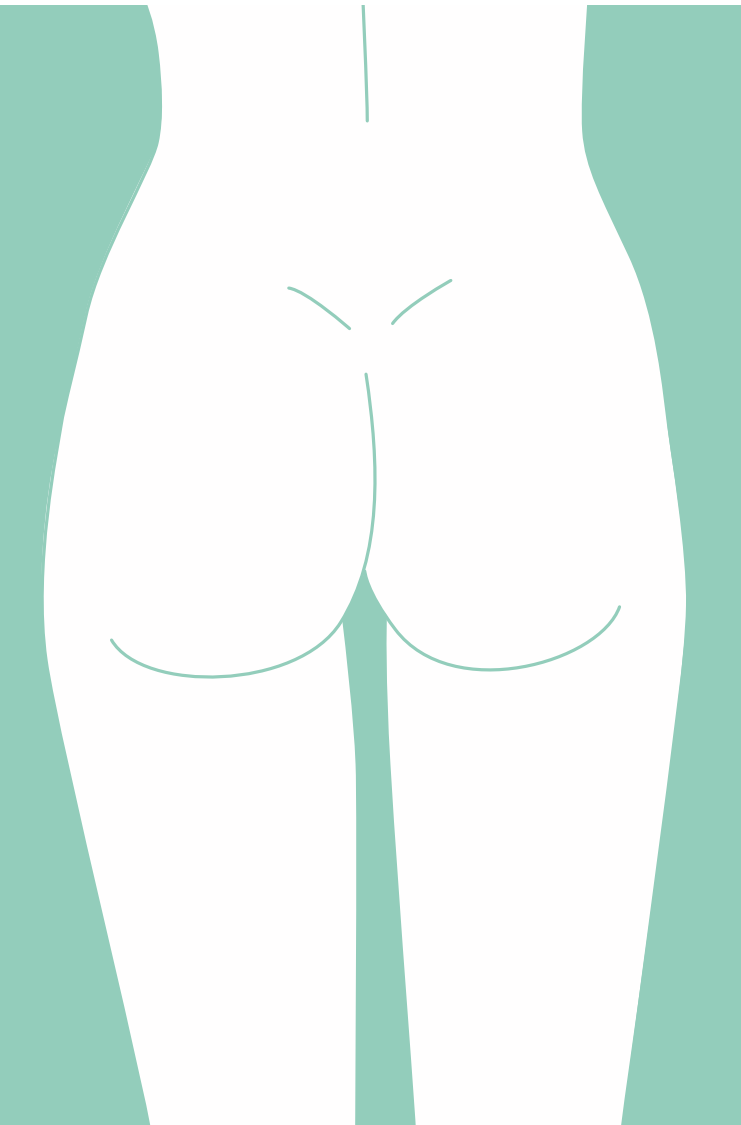




Deutsche Gesellschaft für  
Plastische, Rekonstruktive und  
Ästhetische Chirurgie

# FETTABSAUGUNG



# FETTABSAUGUNG (LIPOSUKTION)

---

Wir möchten Sie im Folgenden mit dem Thema vertraut machen und Ihnen einen ersten Überblick bieten. Dabei legen wir das Augenmerk auf die Möglichkeiten, aber auch Grenzen eines Eingriffes, geben Hinweise worauf Sie unbedingt achten sollten und auf was es bei der Wahl eines geeigneten Arztes ankommt. Diese Broschüre kann allerdings eine individuelle ärztliche Beratung oder rechtsverbindliche Aufklärung nicht ersetzen. Wenden Sie sich daher für weitere Informationen bitte an einen Facharzt für Plastische, Rekonstruktive und Ästhetische Chirurgie. Fachärzte in Ihrer Nähe finden Sie über die Artsuche der Deutschen Gesellschaft für Plastische, Rekonstruktive und Ästhetische Chirurgie (DGPRÄC) unter [www.plastische-chirurgie.de](http://www.plastische-chirurgie.de)

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die gleichzeitige Verwendung der Sprachformen männlich, weiblich, divers (m/w/d) verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für alle Geschlechter.

## DIE FETTABSAUGUNG

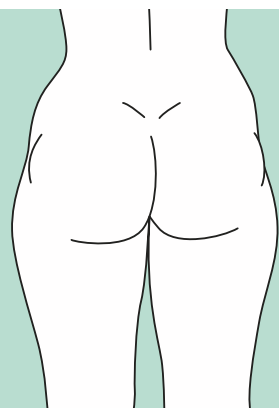
---

Örtlich begrenzte, diätresistente Fettpolster (Adipositas localisata) lassen sich oft selbst mit Ernährungsumstellung, Sport oder Gymnastik nicht bekämpfen. Sie sitzen meistens da, wo sie besonders stören – an Bauch, Hüfte, Schenkel, Armen oder Hals. Frauen sind häufig von Fettpolstern an Oberschenkel und Hüfte betroffen, den so

genannten „Reiterhosen“. Dellen in den oberen Hautschichten („Orangenhaut“) und „Schwangerschaftsstreifen“ sind dabei oft unangenehme Begleiterscheinungen. Doch nicht nur der ästhetische Gesamteindruck, sondern auch das Selbstbewusstsein vieler Menschen leidet oft erheblich unter den Fettablagerungen. Darüber hinaus kann es durch die Fettpolster zu einer Einschränkung der Hautdurchblutung kommen. Verantwortlich für diese Probleme ist das Unterhautfettgewebe, das sich weder durch reduzierte Kalorienzufuhr noch durch erhöhten Kalorienverbrauch beeinflussen lässt. Mit der Absaugung des Unterhautfetts kann das Körperbild daher sehr gut und dauerhaft korrigiert werden. Insbesondere bei örtlichen Fettdepots an den Hüften, am Bauch und unter dem Kinn lassen sich hervorragende Ergebnisse erzielen.

Eine Fettabsaugung erfolgt meist aus ästhetischen Gründen. Daher ist es wichtig, dass Sie sich darüber klar werden, warum Sie den Eingriff wollen. Möchten Sie gezielt Fettdepots entfernen, die durch Sport und Diät nicht abgebaut werden konnten? Versprechen Sie sich mehr Erfolg im Beruf? Wollen Sie Ihr Privatleben verbessern? Wie sehr leiden Sie persönlich unter den Fettpolstern? Besprechen Sie mit Ihrem Plastischen Chirurgen exakt, welche Erwartungen Sie in die Operation setzen. Er wird mit Ihnen die Möglichkeiten und Grenzen in Ihrem individuellen Fall erörtern.

Die Fettabsaugung ist kein Mittel, um Übergewicht zu verlieren. Ihr Ziel ist nicht, alle Fettzellen radikal zu entfernen, sondern eine neue, ebenmäßige Kontur zu gestalten. Der Plastische Chirurg ertastet mit viel Fingerspitzengefühl durch die Haut, was an Fettgewebe entfernt und was erhalten werden soll. Klar begrenzte Fettpolster können so erfolgreich entfernt werden. Generell ist die Fettabsaugung keine Frage des Alters. Eine straffe und elastische Haut, die sich nach dem Eingriff wieder gut der neuen Körperform anpasst, ist jedoch Voraussetzung für ein gutes Ergebnis.



Zustand vor der Liposuktion

## DAS GESPRÄCH MIT DEM FACHARZT

Voraussetzung für einen gelungenen Eingriff ist ein ausführliches Gespräch über die Details der Operation, mögliche Komplikationen und das zu erwartende Ergebnis. Entscheidend für die Zufriedenheit nach dem Eingriff ist hier die gute Aufklärung und eine ausreichende Information des Patienten. Nutzen Sie daher die Gelegenheit, alle wichtigen Fragen vor der Operation zu klären. Nehmen Sie eventuell eine Begleitperson mit. Meist ist ein einmaliges Vorgespräch nicht ausreichend. Noch offene Fragen sollten dann in einem weiteren Termin besprochen werden. Unbedingt sollte aber zwischen dem Vorgespräch

und der Operation genügend Bedenkzeit liegen, damit die Entscheidung zur Operation wohlüberlegt getroffen werden kann. Die Einwilligung zur Operation wird der Plastische Chirurg mit Ihnen besprechen. Die Einwilligungserklärung enthält Ihre persönlichen Daten, eine Aufklärung über die Art der Behandlung und die besprochenen möglichen Komplikationen. Sie erklären sich durch Ihre Unterschrift mit dem Eingriff einverstanden und versichern, dass Sie über die Risiken aufgeklärt wurden.

Falls es zu Komplikationen kommt oder Sie mit dem Ergebnis des Eingriffs unzufrieden sind, kann es zu Folgeoperationen kommen. Bei „medizinisch nicht indizierten ästhetischen Operationen“ (SGB V § 52) ist die gesetzliche Krankenversicherung verpflichtet, Sie bei schicksalhaften Komplikationen, die der Arzt nicht verschuldet hat, an den Kosten der Folgeoperationen angemessen zu beteiligen. Vor dem ersten Eingriff können Sie sich gegen das Risiko dieser Folgekosten versichern. Fragen Sie Ihren Plastischen Chirurgen nach dieser Möglichkeit.

## VOR DER FETTABSAUGUNG

14 Tage vor der Operation sollten Sie keine Schmerzmittel einnehmen, die Acetylsalicylsäure

## DIE OPERATION

enthalten (z. B. Aspirin). Die blutverdünnende Wirkung verzögert die Blutgerinnung und kann Nachblutungen verursachen. Reduzieren Sie den Konsum von Nikotin und Alkohol vor dem Eingriff auf ein Minimum.

Nehmen Sie regelmäßig Medikamente ein oder leiden Sie unter Allergien (z. B. gegen Medikamente, Desinfektionsmittel oder Pflaster), teilen Sie dies unbedingt dem Arzt mit. Informieren Sie ihn auch unbedingt über bekannte Krankheiten. Neigen Sie zu blauen Flecken oder anhaltenden Blutungen nach kleinen Verletzungen, sollte der Plastische Chirurg eine Gerinnungsstörung vor der Operation unbedingt ausschließen.

Der Eingriff wird in der Regel ambulant durchgeführt, entweder in der Praxis eines Plastischen Chirurgen oder in einer Klinik bzw. Tagesklinik. Abhängig vom Ausmaß der Operation kann die Fettabsaugung aber auch stationär in einer Klinik erfolgen. Je nach Eingriff ist mit einem Klinikaufenthalt von ein bis zwei Tagen zu rechnen, an denen der Patient überwacht und versorgt wird. Bei Korrekturen an der Hüft- und Beinregion kann eine lokale Betäubung ausreichend sein. Bei größeren Eingriffen ist eine Vollnarkose erforderlich. Welche Voruntersuchungen dafür notwendig sind und wann sie durchgeführt werden, besprechen Sie am besten mit Ihrem Plastischen Chirurgen. Sie werden auch Gelegenheit haben, die Narkose mit dem Anästhesisten zu besprechen.

Um eine natürliche Körperform zu erzielen, plant der Plastische Chirurg vor dem Eingriff sorgfältig die Modellierung der betroffenen Körperstellen. Dazu markiert er mit einem Stift die Fettpolster in Form von Höhenlinien auf dem Körper. Danach wird der Bereich desinfiziert und abgedeckt. Ein kleiner Hautschnitt von 0,5 bis 1 cm erfolgt an verschiedenen unauffälligen Stellen, etwa in den Gesäßfalten oder im Nabel. Durch ihn wird eine Kanüle eingeführt, die an eine Vakuumpumpe angeschlossen ist. Die Unterhautfettzellen sind traubenähnlich in dünne Hüllen verpackt. Die Kanüle durchtrennt die Hülle und saugt die überschüssigen Fettzellen per Unterdruck heraus. Der Eingriff dauert je nach Areal und Zahl der Fettpolster zwischen 20 Minuten und bis zu zwei Stunden. Der Hautschnitt wird nach dem Eingriff genäht oder verklebt. Die abgesaugten Fettzellen werden aufgefangen und während der Operation gemessen. So stellt der Operateur sicher, dass an beiden Seiten einheitliche Mengen entfernt werden. Eventuell wird eine Drainage eingelegt. Obwohl die grundsätzliche Technik bei der Fettabsaugung stets die gleiche ist, kann der Operateur unterschiedliche Varianten wählen. Häufig entscheidet er sich für eine Flüssigkeitsinjektion vor dem Einführen der Kanüle. Diese erleichtert das Absaugen der Fettzellen und besteht in der Regel aus Kochsalzlösung, einem örtlichen Betäubungsmittel und Adrenalin zur Gefäßverengung. Sie

beugt außerdem Blutergüssen und hohem Blutverlust vor. Wie viel Flüssigkeit injiziert wird, entscheidet der Arzt bei jedem Patienten individuell.

Mit größeren Flüssigkeitsmengen arbeitet die Tumeszenztechnik („Tumeszenz“ = Anschwellung). Hier unterscheidet man zwischen der Supernasstechnik, bei der die zu entfernenden Fettzellen mit der dreifachen Menge an Kochsalzlösung aufgeschwemmt werden. Die Technik ist zeitaufwendiger als das normale Absaugen (bis zu fünf Stunden). Dafür kann die Flüssigkeit derart mit Narkosemitteln angereichert werden, dass eine zusätzliche Betäubung überflüssig wird.

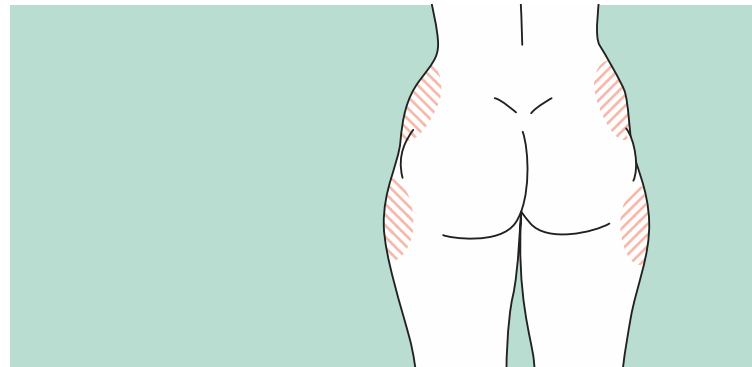
Neben der Tumeszenztechnik ist die Wasserstrahl-assistierte Liposuktion (WAL) das aktuell verbreitetste Verfahren. Aufgrund ausbleibender Schwellung ist das Ergebnis vorhersehbarer, da das Fett sofort durch den Strahl gelöst wird. Die WAL führt keine großen Flüssigkeitsmengen ein, sondern spritzt kleine Mengen Kochsalzlösung mit einer Kanüle fächerartig in das Unterhautgewebe. Eine zweite Kanüle saugt Flüssigkeit und Fettzellen direkt wieder ab.

Sehr ähnlich verläuft die Nasstechnik, die jedoch mit weniger Flüssigkeit arbeitet. In der Regel wird soviel Lösung eingeführt wie Fett abgesaugt werden soll. Eine Vollnarkose oder starke Beruhigungsmittel sind Voraussetzung für diese

Technik, die ein bis zwei Stunden dauert.

Bei der Laser-assistierten Liposuktion „Smartlipo“ (LAL) zerstört eine Glasfaser-Kanüle per Laser die Fettzellen, die anschließend abgesaugt werden. Das Verfahren wird gerne bei kleineren Arealen angewandt und kann eine mäßige Straffung begünstigen. Sie kann keine chirurgische Straffung ersetzen.

Eine weitere heute nur noch selten angewandte Methode stellt die Ultraschall-assistierte Liposuktion (UAL) dar. Eine spezielle Kanüle mit Ultraschallwellen zertrümmert die Fettzellen im Körper und saugt das flüssige Fett ab. Die Technik eignet sich besonders für Körperstellen mit festem Bindegewebe (z. B. Rücken, Brust) und benötigt mehr Zeit als andere Methoden.



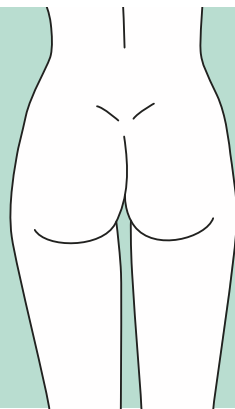
Bereiche, in denen Fett entfernt wird

# NACH DER FETTABSaugUNG

Noch auf dem Operationstisch wird Kompressionswäsche über die betroffenen Areale gezogen. Diese soll verhindern, dass sich die entstandenen Hohlräume mit Gewebeflüssigkeit, Blut oder gelöstem Fett füllen und Knoten oder Narben verursachen. Für sechs Wochen müssen sie Tag und Nacht getragen werden, da sonst das Ergebnis der Operation erheblich beeinflusst werden könnte. Unmittelbar nach dem Eingriff ist mit leichten Schmerzen und Blutergüssen zu rechnen. Beides bildet sich innerhalb von Tagen bis mehreren Wochen wieder zurück. Schwellungen der betroffenen Areale sind, wie bei jeder Operation, auch bei der Fettabsaugung völlig normal. Diese gehen jedoch innerhalb von drei Monaten völlig zurück. Kühlende Gelkissen aus dem Kühlschrank können die Schwellungen lindern. Unmittelbar nach dem Eingriff kann sich Ihr Gewicht durch die Lymphflüssigkeit an den abgesaugten Körperstellen erhöhen. Das ursprüngliche Gewicht sollten Sie nach etwa einer Woche wieder erreicht haben. Ein endgültiges Ergebnis der Fettabsaugung kann in den meisten Fällen erst nach sechs bis neun Monaten beurteilt werden. Die Hautschnitte hinterlassen kleine Narben, die im Laufe der Zeit normalerweise verblassen und dann kaum noch erkennbar sein werden. Die Fäden an den Einstichstellen können eine Woche nach der Operation gezogen werden. In der Regel wird jedoch eine Kontrolluntersuchung zu diesem Zeitpunkt sinnvoll

sein.

Je nach Veranlagung kann es insbesondere bei größeren Eingriffen zu einer kurzzeitigen Arbeitsunfähigkeit kommen. Im Normalfall werden Sie sich in Ihrer Befindlichkeit und Beweglichkeit aber kaum beeinträchtigt fühlen. Um Schwellungen und Thrombosen vorzubeugen, ist Bewegung grundsätzlich förderlich – auf Sport sollten Sie jedoch je nach Art und Ausmaß der Fettabsaugung für die ersten Wochen nach der Operation verzichten. Auch Massagen und sonstige übermäßige Beanspruchungen sind zu vermeiden. Mit kalten Duschen können Sie die Durchblutung gut anregen und den Heilungsprozess unterstützen. Duschen ist nach zwei bis drei Tagen erlaubt. Vollbäder sollten für einige Wochen möglichst vermieden werden. Grundsätzlich ist eine erneute Fettabsaugung auch an Körperstellen möglich, an denen bereits Fett abgesaugt wurde. Meist ist dies aber nicht nötig. Bevor Sie einen weiteren Eingriff planen, muss die vollständige Ausheilung der ersten Fettabsaugung abgewartet werden. Dies kann bis zu einem Jahr dauern.



Zustand nach der Liposuktion

## WELCHE KOMPLIKATIONEN KÖNNEN ENTSTEHEN?

Jede Operation bringt Risiken mit sich. Die Risiken einer Fettabsaugung können aber minimiert werden, wenn die Operation von einem qualifizierten Plastischen Chirurgen mit genügend Erfahrung vorgenommen wird. Trotz größter Sorgfalt können aber, wie bei jedem chirurgischen Eingriff, während oder nach der Operation vereinzelt Komplikationen auftreten.

Allgemein besteht das Risiko von Blutergüssen und Blutungen. Infektionen können zu Wundheilungsstörungen führen. Blutgerinnsel können zu einem Gefäßverschluss führen (Thrombose) oder in die

Lunge gelangen (Lungenembolie). Bei der Gabe von Medikamenten oder Betäubungsmitteln kann es zu Allergien und Unverträglichkeiten kommen. Sollten Bluttransfusionen nötig sein, kann bei allen Vorsichtsmaßnahmen eine Infektion nicht ausgeschlossen werden. Nach der Operation können Taubheitsgefühle durch gedrückte Nerven oder andere Lagerungsschäden auftreten, die jedoch meist abklingen.

Zudem kann es für mehrere Wochen zu einer Veränderung der Berührungsempfindlichkeit mit Taubheitsgefühlen kommen. Bei entsprechender Veranlagung oder bei nicht konsequenter Bandagierung können Blutergüsse oder Narbenplatten entstehen, die als oberflächliche Unebenheiten erkennbar sind. Bilden sich diese auch nach mehreren Wochen nicht oder nur sehr zögerlich zurück, kann ein weiterer kleiner Eingriff erforderlich sein. Werden größere Mengen von Fettgewebe entfernt, kann es zu vermehrtem Verlust von Gewebeflüssigkeit bzw. Blut kommen, der durch Infusionen oder Blutkonserven wieder ausgeglichen werden muss. In extrem seltenen Fällen sind Fettembolien beschrieben worden, die eine intensive medizinische Behandlung erfordern. Schrumpft die Haut nicht wie erwartet, kann ein Hautüberschuss entstehen, der unter Umständen in einer weiteren Operation gestrafft werden muss.



# TIPPS FÜR DIE ARZTWAHL

Für die Wahl des geeigneten Arztes sollten Sie sich genügend Zeit nehmen. Werden Sie sich klar darüber, was Sie an Ihrem Aussehen stört und welche Erwartungen Sie in die Operation setzen.

Fragen Sie auch Ihren Hausarzt, welchen Facharzt für Plastische, Rekonstruktive und Ästhetische Chirurgie er empfiehlt.

Voraussetzung für ein zufriedenstellendes Operationsergebnis ist die Wahl eines entsprechend ausgebildeten Spezialisten.

Wir raten dringend zur Wahl eines Facharzt für Plastische, Rekonstruktive und Ästhetische Chirurgie, der über eine langjährige Weiterbildung verfügt. Gemeinsam mit Ihnen wird er im Vorfeld die geeignete Operationsmethode auswählen sowie Möglichkeiten, Grenzen und Alternativen des geplanten Eingriffs klären.

Der Plastische Chirurg ist ein anerkannter Facharzt, der nach Abschluss seines Medizinstudiums eine sechsjährige Weiterbildung absolviert hat. In dieser Zeit muss er unter Aufsicht zahlreiche Operationen vornehmen. Nach diesen praktischen Erfahrungen und theoretischer Weiterbildung muss der Arzt die Facharztprüfung bei der jeweiligen Landesärztekammer ablegen. Erst dann erhält er offiziell den Titel „Facharzt für Plastische, Rekonstruktive und Ästhetische Chirurgie“. Aktuell werden auch die auslaufenden Titel „Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie“ und

„Facharzt für Plastische Chirurgie“ geführt, deren Weiterbildung vergleichbar war. Damit haben Sie als Patient den eindeutigen Nachweis einer umfassenden Qualifikation.

Nur der Titel „Facharzt für Plastische, Rekonstruktive und Ästhetische Chirurgie“ (bzw. „Facharzt für Plastische Chirurgie“) ist geschützt. Andere Bezeichnungen wie „Schönheitschirurg“, „Kosmetischer Chirurg“ oder „Ästhetischer Chirurg“ sind keine geschützten Titel und können von jedem Arzt auch ohne nachgewiesene Weiterbildung geführt werden. Über ihre Aus- bzw. Weiterbildung sagen sie nichts aus.

Kompetente Spezialisten in Ihrer Nähe finden Sie über die Arztsuche der Deutschen Gesellschaft für Plastische, Rekonstruktive und Ästhetische Chirurgie (DGPRÄC) unter

[www.plastische-chirurgie.de](http://www.plastische-chirurgie.de).





# PLASTISCHE CHIRURGIE FORM UND FUNKTION



Rekonstruktive  
Chirurgie



Hand-  
Chirurgie



Verbrennungs-  
Chirurgie



Ästhetische  
Chirurgie