

## **BRUSTSTRAFFUNG (MASTOPEXIE)**

Im Laufe der Zeit, senkt sich die Brust durch die Schwerkraft bedingt ab. Diese Entwicklung wird noch verstärkt durch Gewichtsschwankungen, Schwangerschaften, Hormonveränderungen und andere Faktoren. Je nach Stärke des Bindegewebes, Grösse der Brust und Lebensumständen einer Frau tritt dieses Phänomen mehr oder weniger stark, früher oder später auf. Ganz entziehen kann man sich diesem Effekt leider nicht.

Dafür gibt es verschiedene Operationstechniken, die die Brust wieder anheben und straffen können. Im Prinzip ähneln die meisten Operationsverfahren denen bei einer Brustverkleinerung. Auch da wird die Brust immer auch gestrafft und nicht nur verkleinert. Somit ist der Übergang bisweilen fließend.

Wie bei der Brustverkleinerung haben sich Techniken mit rein senkrechtem Narbenverlauf und solche mit ankerförmigem (inverted-T) Verlauf bewährt. Zusätzlich gibt es noch Vorgehensweisen, die mit einer Narbe um die Brustwarze herum auskommen.

Letztere haben aber leider einen ziemlich eingeschränkten Anwendungsbereich und sind oft nicht so lange effektiv, wie die anderen Techniken.



In manchen Fällen ist das Volumen der Brüste aber so zurückgegangen, dass es vorteilhafter ist, dieses Volumen mit einem Implantat zu ersetzen. Je nach Grösse, Form und gewünschtem Ergebnis, kommt man dabei mit einer reinen Implantateinlage zurecht, in anderen empfiehlt sich eine Kombination aus Straffung und Implantat.

Entscheidend ist, nicht nur die Haut zu straffen, sondern die Brust als ganzes neu zu formen und die Brustwarze auf einem Gewebestiel nach oben zu versetzen. Bei allen heute üblichen Techniken wird die Brustwarze auch funktionell erhalten und auf einem Gewebestiel versetzt, so dass die Blutversorgung, das Gefühl und die Erektionsfähigkeit der Warze erhalten bleiben. Je nach Technik, sollte es prinzipiell auch nach der Operation noch möglich sein zu stillen.

Wichtig ist bei allen Techniken eine sorgfältige präoperative Planung, wobei im Stehen die neue Position der Brustwarze festgelegt und die seitlichen Grenzen der Resektion bestimmt werden. Hier ein Beispiel der Planung für eine Mastopexie (Straffung) in vertikaler Narbentechnik:

## OP-PLANUNG / ANZEICHNUNG FÜR VERTIKALE MASTOPEXIE

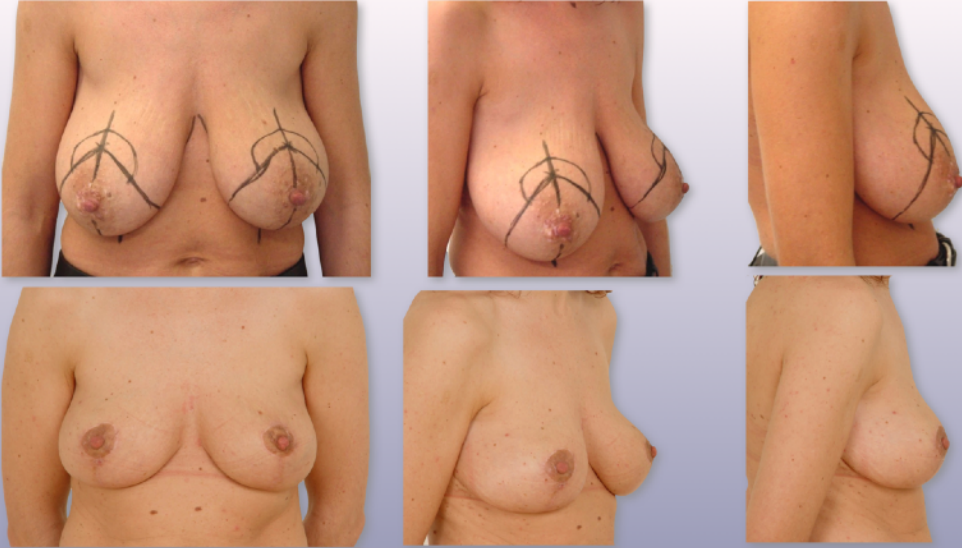


Entscheidend ist, nicht nur die Haut zu straffen, sondern auch die Brustwarze mit (evtl. verkleinertem) Warzenhof auf einem Gewebestiel nach oben zu versetzen.

Dr. Wolf-Gunter Steinmetz

The diagram shows a 3D model of a breast with red lines indicating the planned vertical incision and the new position of the areola. An arrow points upwards from the areola, indicating the direction of repositioning.

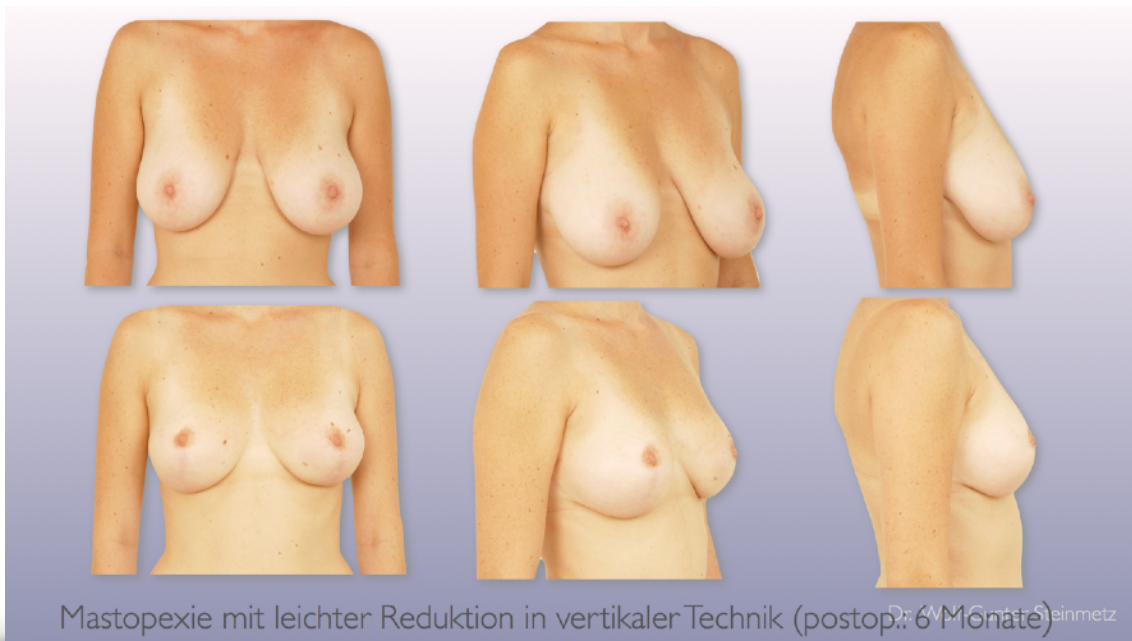
Beispiel an einer Patientin mit Ergebnis 6 Monate nach Straffung und leichter Reduktion:



Straffung mit leichter Reduktion in vertikaler Technik Wolf-Gunter Steinmetz

The image displays a 2x3 grid of photographs showing the patient's breasts before and after surgery. The top row shows the pre-operative state with surgical markings, and the bottom row shows the post-operative result. The columns represent front, three-quarter, and side views.

Hier ein Beispiel für eine Straffung in vertikaler Narbentechnik mit nur minimaler Reduktion des Volumens:



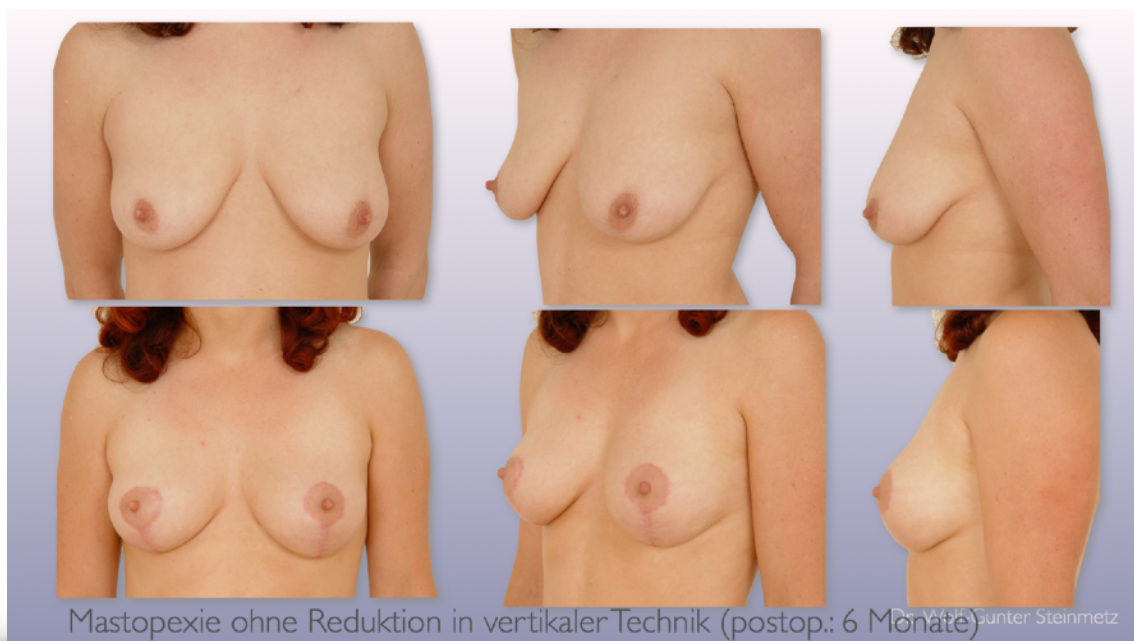
Vor allem bei der vertikalen Narbentechnik dauert es rund ein halbes Jahr, bis die Narben glatt sind und die Brustform sich entwickelt hat. Zu Beginn bestehen hier ausgeprägte Fältelungen im Verlauf der Narbe. Langfristig gibt sie m. E. aber die beste Form und das Ergebnis ist vor allem sehr langfristig. Hier ein Beispiel zum Verlauf 4 Wochen und 6 Monate nach vertikaler Straffung:



Die Narben sind zwar immer mehr oder weniger sichtbar, aber in vielen Fällen nach rund einem Jahr so gut verblasst, dass man schon genau hinsehen muss:



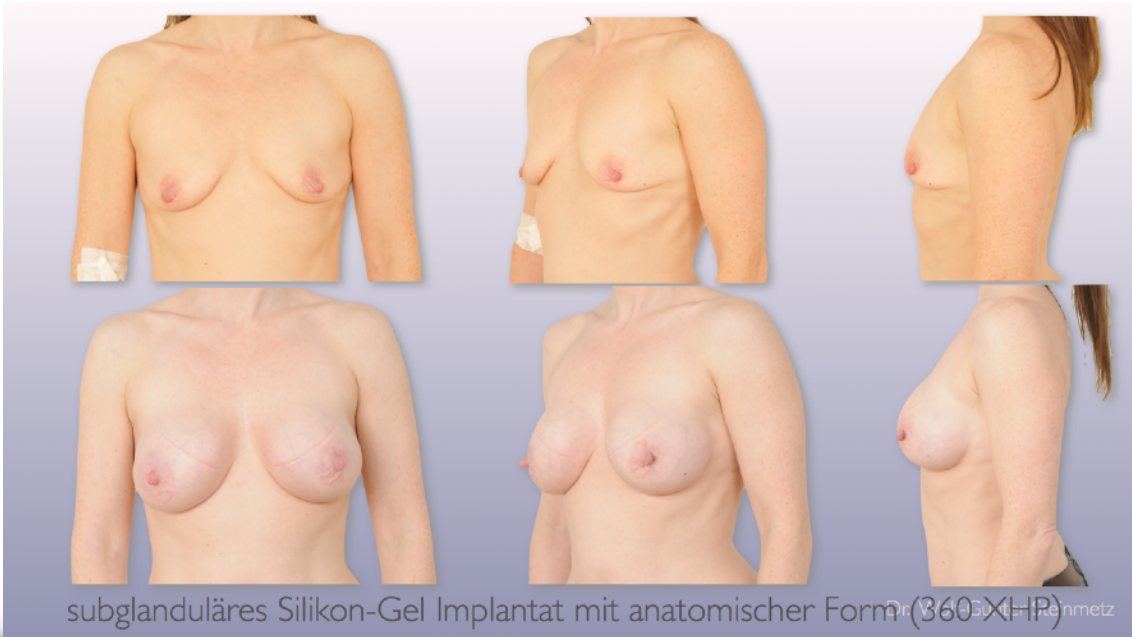
Ein weiteres Beispiel ganz ohne Reduktion des Brustvolumens:



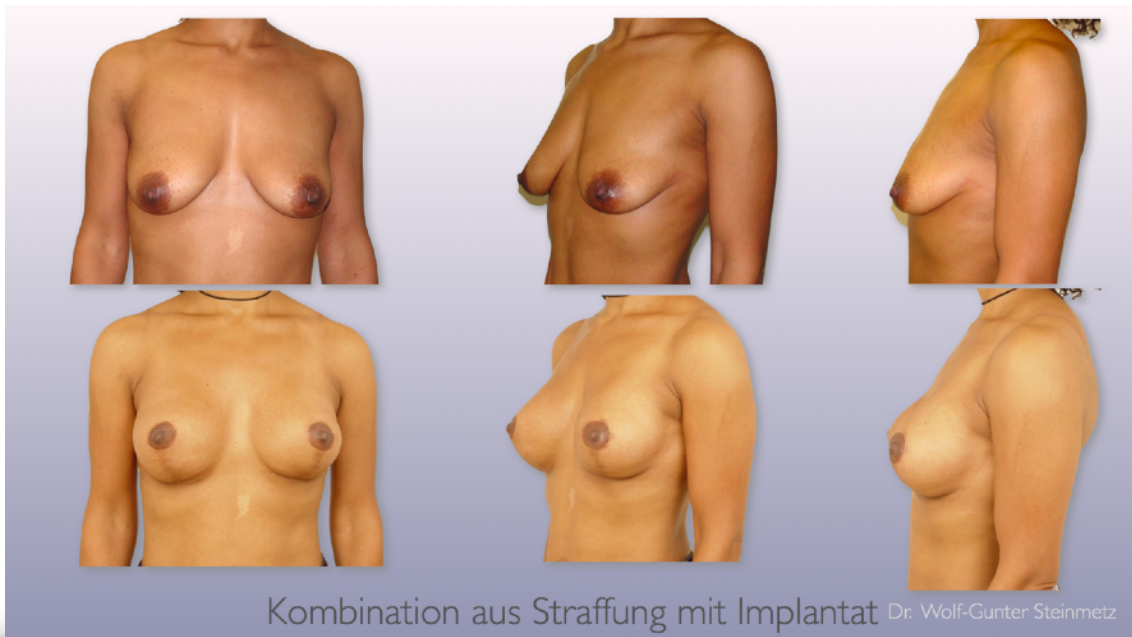
Wenn die Brust vor allem hängt, weil ein starker Volumenverlust aufgetreten ist, wie das bei manchen Frauen nach Schwangerschaften und Stillen vorkommt, ist ein Ersatz dieses verlorenen Volumens durch ein Implantat sinnvoll. Je nach Ausgangsbefund und Wünschen der Patientin kann man dabei mit einer reinen Implantateinlage das gewünschte Ziel erreichen, oder man kombiniert beide Verfahren.



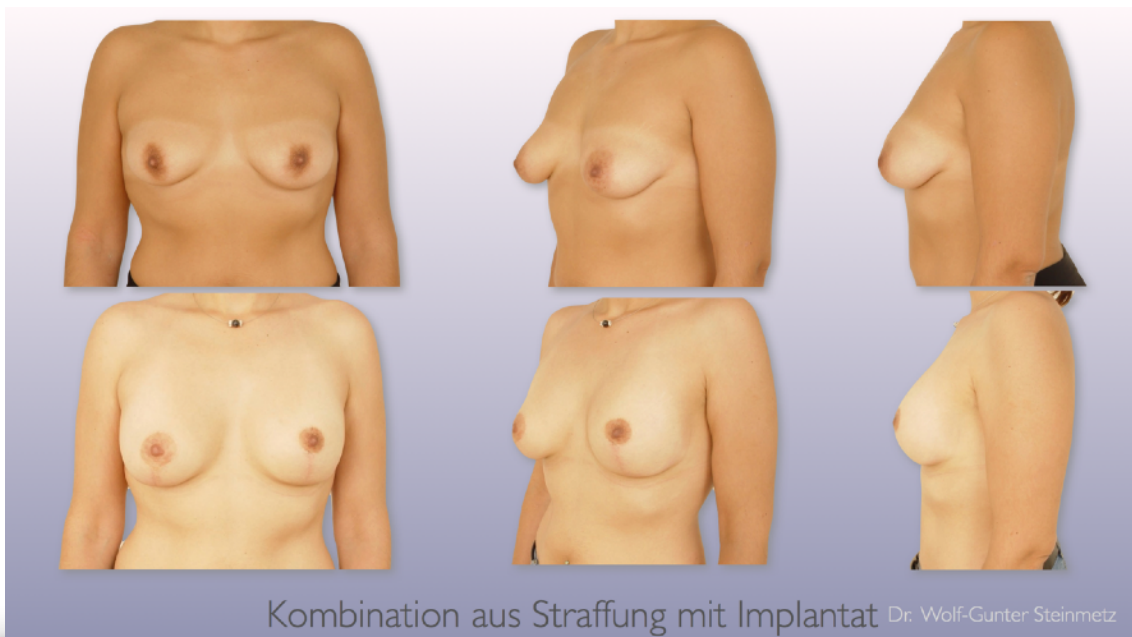
Hier zunächst zwei relativ unterschiedliche Beispiele, bei denen eine reine Vergrößerung mittels anatomisch geformtem Implantat zum gewünschten Ergebnis geführt hat. Der grösste Vorteil ist, die geringere Narbensituation.



Dann gibt es natürlich auch Fälle, bei denen einerseits wenig Volumen vorhanden ist, die Patientin aber nur eine moderate Grössensteigerung wünscht, oder die Brustwarze so weit abgesunken ist, dass sie auf jeden Fall nach oben versetzt werden muss. Hier empfiehlt sich dann die Kombination aus Bruststraffung mit gleichzeitiger Implantateinlage:



Bei dieser Patientin ist das Volumen im Verhältnis zur Breite des Brustkorbes sehr gering und trotzdem hängt die Brust. Gleichzeitig wollte die Patientin nur eine moderate Steigerung des Volumens:



Wie bei jeder Operation gibt es natürlich auch hier spezifische Risiken. Am meisten gefürchtet, aber extrem selten, ist das Absterben einer Brustwarze, die sogenannte

Mamillen-Nekrose. Das Risiko dafür ist extrem gering. Raucherinnen haben allerdings ein deutlich höheres Risiko als Nichtraucherinnen. Weiterhin sind Wundheilungsstörungen, Sensibilitätsstörungen, Narbenhypertrophie, verbleibende Fältchen und Unfähigkeit zu Stillen zu nennen. Bei Verwendung eines Implantates kommt noch das Risiko einer Kapselfibrose und einer Implantatverlagerung hinzu.

Je nach privater Situation und Befund, kann man heutzutage auch solch einen Eingriff ambulant durchführen, so dass Sie wenige Stunden nach dem Eingriff schon nach Hause können. Dabei ist es wichtig, dass man sich mehrere Wochen schont, nicht schwer hebt und die Brust keinen starken Erschütterungen aussetzt, wie sie z.B. beim Joggen auftreten. Ein Kompressions-BH muss für 4 Wochen konsequent Tag und Nacht getragen werden. Auch danach sollte bis ca. 6 Monate nach der Operation ein gut stützender BH auch nachts getragen werden.

Es würde mich freuen, Sie persönlich in meiner Sprechstunde beraten zu dürfen! Bitte rechnen Sie für eine solche Beratung mindestens 45 bis 60 Minuten ein. Gerne dürfen Sie auch Ihren Partner oder eine andere Vertrauensperson mitbringen.

**Dr. Wolf-Gunter Steinmetz**

Schürerstraße 3  
97080 Würzburg

Tel.: 0931 - 3539 800

E-Mail: [info@aesthetik-am-ringpark.de](mailto:info@aesthetik-am-ringpark.de)

---

**Copyright-Hinweis:**

Sie dürfen dieses Dokument gerne ausdrucken und gedruckt oder in elektronischer Form mit einer Freundin teilen. Die kommerzielle Nutzung oder jedwede weitere Veröffentlichung in gedruckter oder elektronischer Form bedarf aber der Genehmigung des Autors!

---