

## **BRUSTVERKLEINERUNG (REDUKTIONSPLASTIK)**

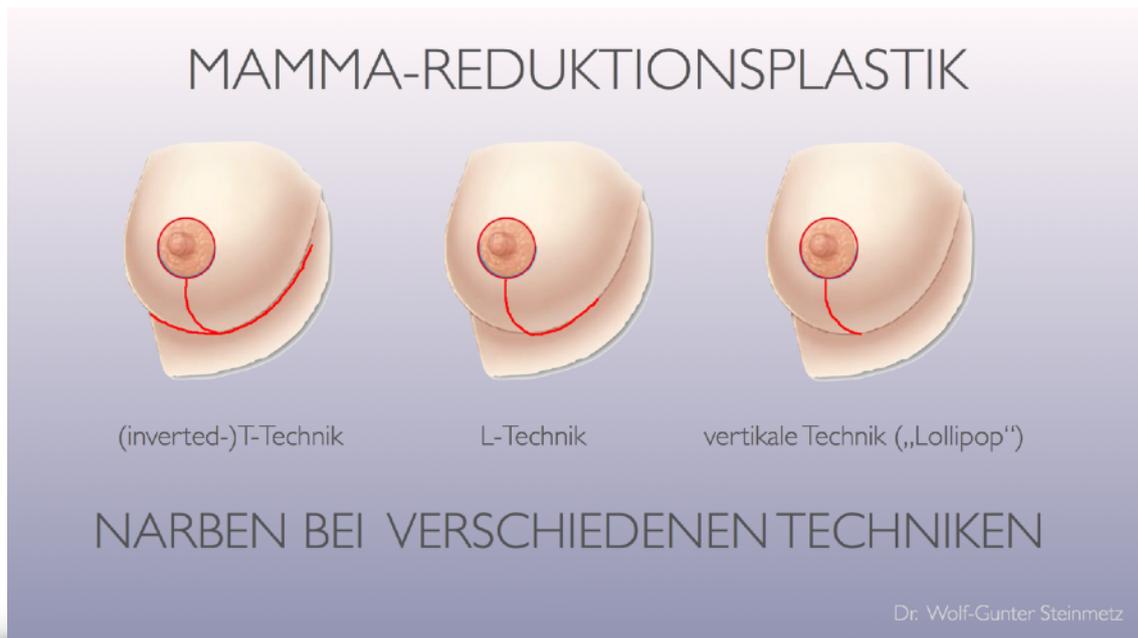
Die Brustverkleinerung ist zwar weniger bekannt als die Vergrößerung, wird aber fast genau so häufig durchgeführt.

Oft ist die Motivation dazu nicht nur das Aussehen, sondern es gibt medizinische Gründe. Durch überschwere Brüste können Haltungsprobleme, Rückenschmerzen und langfristig sogar haltungsbedingte Schädigungen an der Wirbelsäule auftreten. Häufig sind auch Wundreiben unter der Brust, Einschneiden der BH-Träger, Schmerzen in der Brust selber und Sensibilitätsstörungen im Bereich der Brustwarzen.

Aus diesem Grund werden die Kosten für eine Brustverkleinerung in bestimmten Fällen auch von der Krankenversicherung übernommen.

Es gibt zahlreiche verschiedene Techniken zur Brustverkleinerung. 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.

Die verschiedenen Techniken unterscheiden sich nach aussen hin vor allem durch den unterschiedlichen Narbenverlauf. Je nach Konfiguration der Narbe spricht man von (inverted) T-Technik, L-Technik oder vertikaler Narbentechnik. Zu jeder dieser Varianten gibt es nochmals verschiedene Techniken und zahlreiche Modifikationen.



Die Auswahl der Vorgehensweise ist jedoch nicht ganz beliebig, sondern muss sich nach den Gegebenheiten der Patientin richten. Jede der Techniken hat ihre Vor- und Nachteile. Dabei geht es vor allem um Grösse, Hautüberschuss und Breite des Brustansatzes.

Wenn immer möglich, versuche ich die Technik einzusetzen, die bei guter Form und Grösse auch die geringste Narbensituation erzeugt. Häufig wird argumentiert, dass die Narbe unter der Brust bei der T-Technik ohnehin kaum auffällt, aber zur Mitte hin und vor allem seitlich kann die Narbe durchaus aus einem BH oder einem Bikini-Oberteil hervortreten und somit sichtbar sein. Vor allem für jüngere Frauen ist das oft ein Wermutstropfen bei der sonst segensreichen Operation.

Der Nachteil bei der vertikalen Reduktion liegt eher in dem längeren Verlauf, bis die Brust gut aussieht, denn hier muss sich erst langsam die Haut straffen und die Formentwicklung der Brust nach der Operation dauert länger.

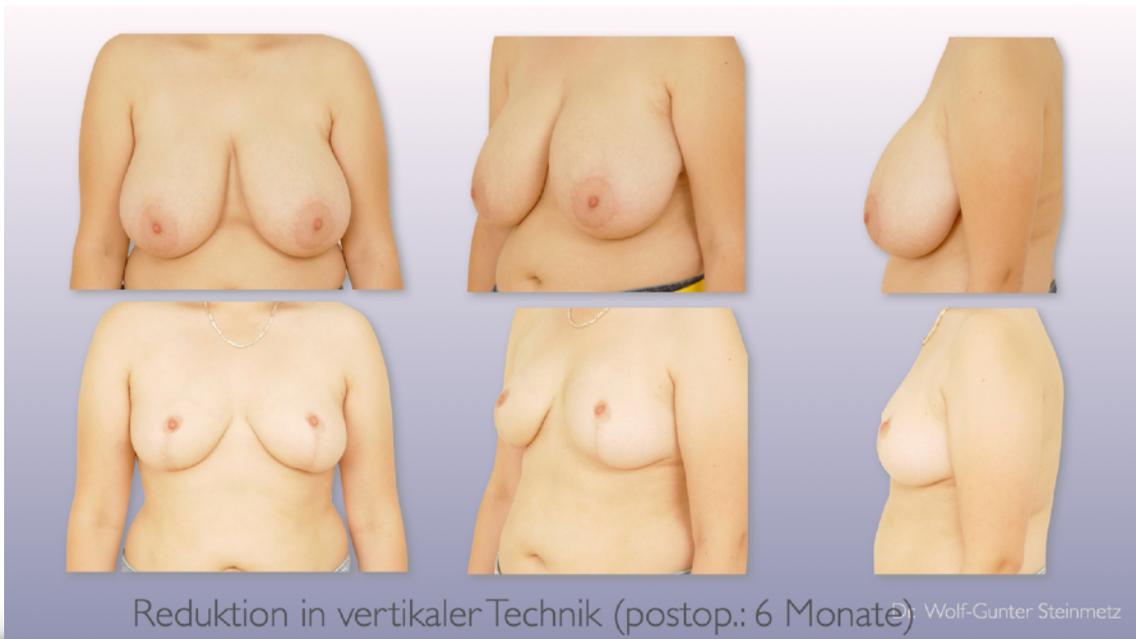
Wichtig ist bei allen Techniken eine sorgfältige präoperative Planung, wobei im Stehen die neue Position der Brustwarze festgelegt und die seitlichen Grenzen der Resektion bestimmt werden. Hier ein Beispiel der Planung für eine vertikale Reduktion:



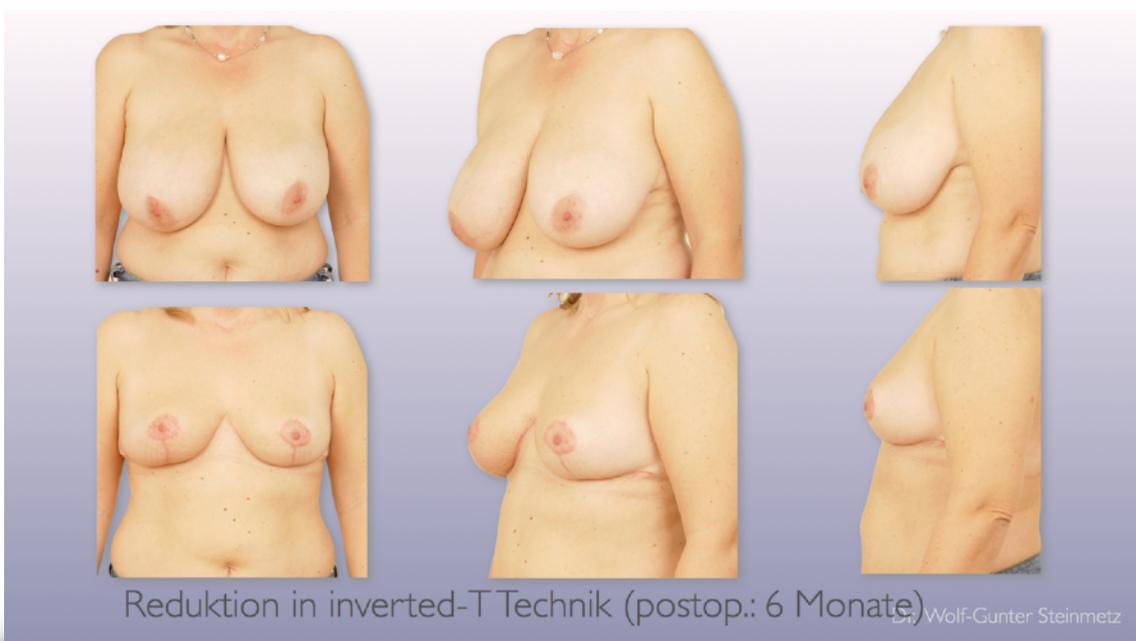
Beispiel an einer Patientin mit Ergebnis 6 Monate nach Reduktion. Bei jeder Reduktion ist immer auch eine straffende Komponente dabei.



Noch ein Beispiel für eine Reduktion in vertikaler Narbentechnik:



Ein ähnlicher Ausgangsbefund aber Operation in inverted T-Technik, da der Brustansatz noch breiter war. Deutlich zu sehen sind die seitlich etwas hervorstehenden Narben. Diese können bei Bedarf zwar noch etwas „eingebnet“ werden, bleiben aber trotzdem sichtbar.

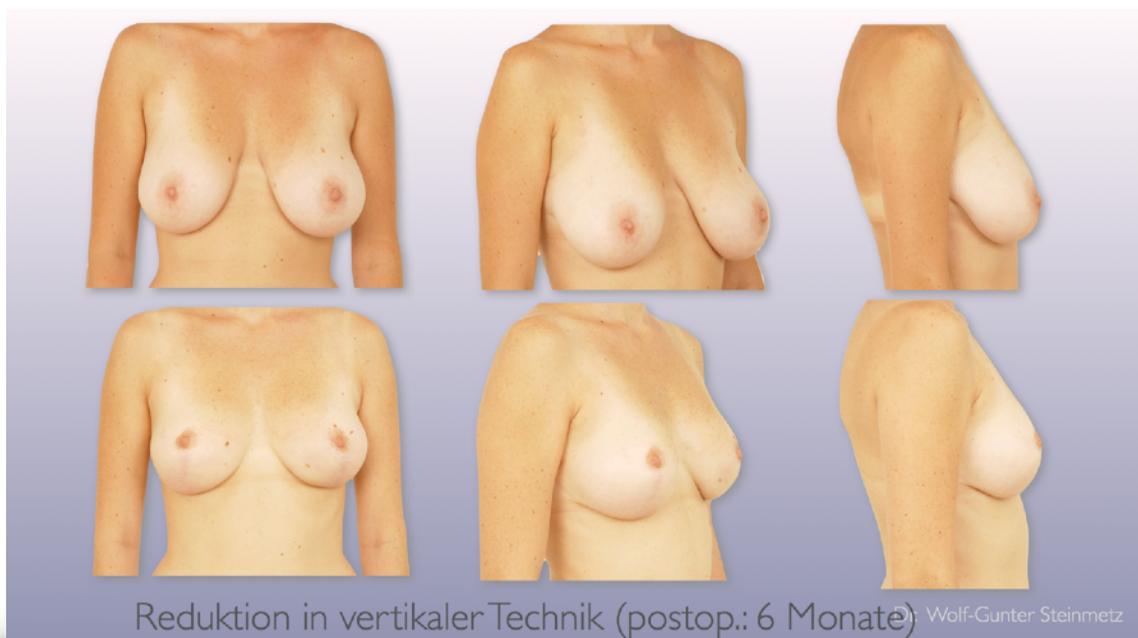


Der Vorteil der T-Technik ist, dass sie technisch etwas weniger Anspruch an den Operateur stellt und dass die Brüste relativ schnell gut aussehen.

Wie schon erwähnt, dauert es bei der vertikalen Narbentechnik 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. Hier ein Beispiel zum Verlauf 4 Wochen und 6 Monate nach vertikaler Reduktionsplastik:



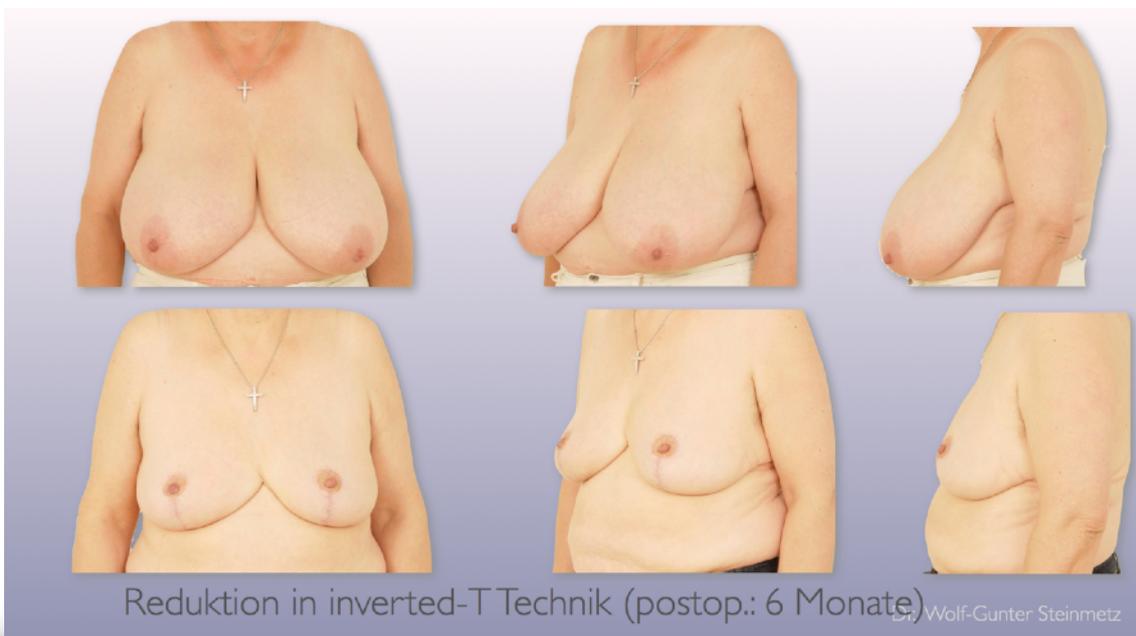
Dafür hat man später weniger Narben und meiner Meinung nach oft auch eine etwas natürlichere Form.



Entgegen häufiger, anders lautender Aussagen eignet sich die vertikale Technik (modifiziert nach Lejour) auch für grössere Volumina und Gewichte. hier ein Beispiel mit Resektionsgewichten von rund 1000g pro Seite:



Dennoch hat die Technik natürlich ihre Grenzen. Wenn die Brust zu gross und vor allem zu „lang“ wird besteht keine Aussicht, dass die überschüssige Haut sich glättet und die Falten verschwinden. Deshalb kommt hier nur die T-Technik in Frage:



So oder so, sind die allermeisten Patientinnen nach solch einer Operation sehr glücklich. Viele berichten, dass sie keine Rücken- oder Nackenschmerzen mehr haben, endlich problemlos BHs bekommen, die gut passen und sich auch beim Sport oder im Urlaub am Strand wesentlich wohler fühlen.

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:



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 aber extrem gering. Raucherinnen haben allerdings ein deutlich höheres Risiko als Nichtraucherinnen. Weiterhin sind Wundheilungsstörungen, Sensibilitätsstörungen, Narbenhypertrophie, verbleibende Fältchen und Unfähigkeit zu Stillen zu nennen.

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!

---