

## Sechs wichtige Fragen zur Bauchdeckenstraffung

In unserer Sprechstunde stellen wir fest, dass viele Patientinnen und Patienten vor einer Bauchdeckenstraffung ähnliche Fragen beschäftigen. Daher haben wir die häufigsten Punkte, die im Rahmen eines ausführlichen Beratungsgesprächs zur Sprache kommen, zu Ihrer Information zusammengestellt.

### 1. Ist das Ergebnis von Dauer? Wann wird ein Folgeeingriff notwendig?

Bei konstantem Gewicht ist das Ergebnis von Dauer. Ein späterer Folgeeingriff ist grundsätzlich nicht erforderlich.

### 2. Wie lang ist die Narbe am Unterbauch?

Die Narbenlänge ist abhängig vom Ausmaß des Hautüberschusses. Sie sollte grundsätzlich nicht über die Beckenkämme hinausreichen und misst meistens zwischen 25 und 30 Zentimeter. Unsere OP-Technik zielt bewusst darauf hin, eine möglichst kurze Narbe in der Bikinizone zu erreichen: Bei ausgedehnten Straffungen führen wir hier eine spezielle Raffnaht durch, um den oberen Hautüberschuss auszugleichen, wobei manchmal kleinere Zipfelchen am Rand der Narbe bewusst in Kauf genommen werden. In den meisten Fällen schrumpfen diese innerhalb einiger Monate. Ansonsten kann hier eine Narbenkorrektur in örtlicher Betäubung erfolgen, was Patienten lieber in Kauf nehmen als eine sehr lang über den Beckenkamm ziehende Narbe.

### 3. Sieht der neu ausgepflanzte Bauchnabel nach dem Versetzen noch so aus wie vorher?

Der Bauchnabel wird an alter Stelle in die herabgezogene Bauchhaut eingesetzt. Dabei achten wir sehr darauf, dass eine natürlich Grube entsteht („Champagnergrube“) und die Naht weitgehend in der Tiefe versinkt und später nicht mehr zu sehen ist.

### 4. Wie wirkt sich die Straffung der Bauchmuskeln auf die Beweglichkeit aus (etwa bei sportlicher Betätigung)?

Bei den meisten Bauchmuskelstraffungen führen wir eine Raffung der geraden Bauchmuskeln durch. Dies führt bei zahlreichen Patientinnen zu einer Besse-

## Bauchdeckenstraffung - der Eingriff auf einen Blick

### Operationsdauer:

- ca. 2 Stunden

### Nachbehandlung:

- keine sportlichen Aktivitäten
- keine körperliche Arbeit
- Dauer: ca. 3 Wochen

### Narkose:

- Vollnarkose

### Klinikaufenthalt:

- 2-3 Tage

## Sechs wichtige Fragen zur Bauchdeckenstraffung

zung von vorher bestehenden Rückenschmerzen, da hierdurch die Stabilität der Lendenwirbelsäule verbessert wird. Nach einigen Wochen kann und sollte Sport betrieben werden. Gerade Situps und Ähnliches können sogar besser durchgeführt werden als vorher, da die auseinandergewichenen Bauchmuskeln wieder anatomisch verlaufen.

### **5. Kann die Straffung bereits bestehende Schwangerschaftsstreifen verstärken?**

Durch die Operation wird ein großer Teil von Schwangerschaftsstreifen entfernt, die ja meistens eher im Unterbauch liegen. Unsere spezielle Raffungstechnik (sogenannte Rising Sun Technique) vermeidet maximale Spannungsspitzen in der Mitte des Bauches.

### **6. Wie oft kann der Eingriff maximal durchgeführt werden?**

Nach einer Bauchdeckenstraffung sollte keine Wiederholung erforderlich sein. Grundsätzlich wäre dies aber technisch immer wieder möglich.