



Startseite / Bauchdeckenstraffung – Abdominoplastik

## Bauchdeckenstraffung – Abdominoplastik

**Ein flacher, fester Bauch ist für viele Frauen und Männer wesentlicher Bestandteil eines attraktiven Körpers. Bedingt durch Schwangerschaften, Gewichtsverlust nach Diäten oder als Folge des natürlichen Alterungsprozesses und damit einhergehend der Verlust der Elastizität des Gewebes am Bauch, kann es zu einem sogenannten Hängebauch, auch bei schlanken, sportlichen Frauen kommen.**

**Eine Bauchdeckenstraffung kann die störende Erscheinung eines Hängebauches deutlich verbessern. Unsere Fachärzte in Freiburg erzielen hier optimale Ergebnisse, indem überschüssige Haut samt Unterfettgewebe entfernt und gleichzeitig die Bauchwandmuskulatur gestrafft wird.**

### Für wen ist eine Bauchdeckenstraffung interessant?

Für Frauen und Männer, die sich in einem guten Allgemeinzustand befinden, aber unter einer erschlafften Bauchwand mit überschüssigem Gewebe leiden, ist eine Bauchdeckenstraffung oftmals der geeignete Weg zu einem harmonischen Körpergefühl.

Insbesondere Frauen nach einer Schwangerschaft kann die Plastische Chirurgie gut helfen, da die gedehnten Bauchwandmuskeln ihren ursprünglichen Spannungszustand oft nicht mehr ganz erreichen.

Wenn eine intensive Diät geplant ist, sollte der Eingriff verschoben werden. Sollten Sie eine Schwangerschaft planen, sollte der Eingriff nach der Schwangerschaft stattfinden, keinesfalls vorher.

Bevor Sie sich für die Bauchdeckenstraffung entscheiden, werden in einem Beratungsgespräch mit unseren Fachärzten Ihre individuelle Situation und Vorstellung erörtert und alle Fragen zur Behandlung geklärt.

Bevor Sie sich für die Bauchdeckenstraffung entscheiden, werden in einem Beratungsgespräch mit unseren Fachärzten Ihre individuelle Situation und Vorstellung erörtert und alle Fragen zur Behandlung geklärt.

- ✓ Ihre Bauchdecke ist erschlafft?
- ✓ Sie leiden unter einem Hängebauch?
- ✓ Sport und Massagen helfen nicht?

### Auf einen Blick



Behandlungsdauer  
Ca. 2 Stunden



Aufenthalt  
2-3 Tage



Regeneration  
3 Wochen

## Bauchdeckenstraffung – die Operation

Die Straffung der Bauchdecke wird in der Regel in Vollnarkose durchgeführt mit anschließendem stationären Aufenthalt für 2-3 Tage in der Erich-Lexer-Klinik Freiburg.

Bei dem Eingriff wird überschüssige Haut und Unterhautfettgewebe entfernt und die Bauchwandmuskulatur gestrafft. Der Schnitt verläuft dabei horizontal in der natürlichen Hautfalte oberhalb der Schambehaarung, so dass er später durch einen Bikini bedeckt werden kann. Der Nabel wird meist an der alten Stelle wieder ausgepflanzt. Oftmals kann eine Bauchdeckenstraffung sinnvoll mit einer **Fettabsaugung** im Taillen- und Oberschenkelbereich kombiniert werden.

Wenn nur der Unterbauch von erschlaffter Haut betroffen ist, kann auch eine sogenannte Minibauchdeckenstraffung („Mini-Abdominoplastik“) durchgeführt werden. Die kleine Bauchdeckenstraffung stellt einen kleineren Eingriff dar, der ambulant in örtlicher Betäubung durchgeführt wird und bei dem lediglich der Unterbauch gestrafft wird, ohne dass eine Nabelversetzung notwendig wird.

## Nach der Bauchdeckenstraffung

Meistens werden zwei Drainagen platziert, über die für 2-3 Tage das Wundsekret abgeleitet werden kann. Die Fäden werden nach zwei Wochen gezogen. Zur Unterstützung der gestrafften Bauchwandmuskulatur sollte für 4–6 Wochen ein unterstützendes Mieder getragen werden. Sie sollten 2-3 Wochen Urlaub einplanen und anstrengende körperliche Aktivitäten für etwa 3 Wochen vermeiden.

## Das Ergebnis

Durch eine Straffung der Bauchdecke können hervorragende ästhetische Ergebnisse für Patienten mit erschlaffter Bauchwand oder Gewebsüberschuss erzielt werden. Zur Optimierung des Resultates kann eine zusätzliche Fettabsaugung in einigen Fällen hilfreich sein. Das erreichte Ergebnis kann dauerhaft sein, falls Sie weiterhin ihr Gewicht halten, sich gesund ernähren und regelmäßig sportlich betätigen. Eine zukünftige altersbedingte Erschlaffung der Muskulatur und des Gewebes kann allerdings nicht verhindert werden.