



## Aspirationslipektomie (Fettabsaugung)

Sie denken darüber nach, überschüssige und hartnäckige Fettablagerungen durch das Verfahren der Aspirationslipektomie (das Absaugen von Unterhautfettgewebe, auch Liposuktion genannt) entfernen zu lassen.

Bestimmt haben Sie viele Fragen bezüglich der Operation. Die folgenden Erläuterungen machen Sie grob mit dem Verfahren der Aspirationslipektomie bekannt. Außerdem werden Sie darüber informiert, was Sie vor und nach der Operation beachten müssen.

Bitte seien Sie sich bewusst, dass die hier aufgeführten Informationen allgemein gehalten sind und somit nur als erste Informationsmöglichkeit vor der individuellen Behandlung nach Ihren Wünschen dienen. Die umfassende Beratung mit Dr. Yousef folgt danach und kann hier natürlich nicht ersetzt werden.

Vor einer solchen Behandlung sollten Sie sich darüber im Klaren sein, was speziell Sie an Ihrem Aussehen als störend empfinden und welche Erwartungen Sie an die Behandlung haben.

Für konkrete Hinweise helfen Gespräche mit Bekannten weiter, bei denen bereits eine Aspirationslipektomie vorgenommen wurde.

### Typische Probleme

Viele Frauen wie auch Männer leiden unter unästhetischen hartnäckigen Fettpölsterchen, die weder durch eine Diät noch durch gezielte Gymnastik entfernt werden können. Auftreten können sie am gesamten Körper, hauptsächlich aber direkt unterhalb der Haut im Gesichts- und Halsbereich, an den Oberarmen, am Bauch und dem Gesäß sowie an den Hüften und Oberschenkeln.

Die so genannte „Reithosendeformität“, ein Phänomen, bei dem sich überschüssiges Fett an Hüfte und Oberschenkeln absetzt, betrifft vor allem Frauen, die damit einhergehend auch mit unästhetischen Eindrücken der Haut zu kämpfen haben. Durch überschüssige Fettpolster unterhalb der Haut kann in manchen Fällen die Hautdurchblutung vermindert werden. Ein massives Auftreten dieser Fettdepots kann sogar dazu führen, dass die Oberhaut zu weit gedehnt wird und sich in tieferen Hautschichten Dehnungstreifen (wie Schwangerschaftsstreifen) bilden, die dauerhaft in der Haut bestehen bleiben.

Besonders Menschen, die mit Ihrer übrigen Figur und Ihrem Aussehen zufrieden sind, empfinden ungleichmäßige Konturen beispielsweise der Oberschenkel und Hüften (wie beim Reithosenbefund) aber auch unästhetische Pölsterchen an Kinn, Wangen und Hals als sehr störend. Während Fettablagerungen am Körper noch durch geschickte Kleidung retuschiert werden können, fallen diese im Hals- und Kinnbereich umso mehr auf und können einen ansonsten schlanken Menschen schnell behäbig wirken lassen.

### Was kann durch eine Aspirationslipektomie geändert werden?

Der Mensch hat selten eine straffe Figur, deren Konturen auf natürliche Weise gut definiert sind. Deshalb achten viele Menschen auf ihr Gewicht, indem sie Sport treiben oder ggf. eine Diät machen. Die Haltung des Körpers wird dadurch verbessert und er gewinnt an Straffheit und Elastizität.

Oft ist aber gegen die störenden Polster aus Unterhautfettgewebe, die so genannten Fettgewebsfehlverteilungen weder mit gezieltem Training, noch mit einer Diät oder äußeren Maßnahmen wie einer Massage etwas auszurichten. Diese Polster zeigen sich bei einer ansonsten schlanken Figur durch Hüftwulste, Fett, welches sich an den Oberschenkeln vermehrt angesetzt hat o.Ä.

Genau dieses Problem kann nun durch eine gezielte und sorgfältige Unterhautfettabsaugung verbessert und behoben werden. Das Resultat der Aspirationslipektomie hängt stark davon ab, wie schlank die zu behandelnde Person ist und wie gut umschrieben dessen Fettpolster sind.



Vor dem Eingriff spielt die Hautbeschaffenheit eine wesentliche Rolle, denn diese kann sich durch die Operation nicht grundlegend verändern. Im Idealfall ist die Haut straff und elastisch, damit sie sich nach der Absaugung wieder gut anliegen kann. Eine Aspirationslipektomie ist jedoch lediglich dazu gedacht, hartnäckige Fettpolster zu Entfernen und dadurch die Figur besser zu konturieren und zu proportionieren. Sie dient nicht dazu, sportliches Training oder eine Gewichtsreduzierung durch eine Diät zu ersetzen.

## Persönliche Erwartungen und Vorstellungen

Sie sollten Ihre Figur zunächst möglichst nüchtern betrachten und sich über die als unästhetisch empfundenen Bereiche klar werden, die verändert werden sollen. Denn nur so ist ein Erfolg bei der Operation möglich. Durch ein operatives Entfernen von überschüssigen Fettdepots können deutlich abgrenzbare Polster behoben werden. Wenn Sie mithilfe eines aktuellen Fotos die gewünschten Veränderungen zeigen, kann das spätere Ergebnis gegebenenfalls schon aufgezeigt werden.

Es gibt viele Anlässe für eine Aspirationslipektomie. In einigen Berufen spielt die äußere Erscheinung eine größere Rolle als in anderen. Das persönliche Wohlbefinden ist aber in jedem Fall der wichtigste Maßstab. Durch eine ästhetische Korrektur des äußeren Erscheinungsbildes kann das Berufs- wie Privatleben positiv beeinflusst werden. Sie dürfen diese Effekte weder über- noch unterschätzen.

Sie sind dazu aufgefordert, mit Dr. Yousef offen über Ihre Vorstellungen, Erwartungen und Wünsche zu sprechen, die die durch den Eingriff möglichen Veränderungen betreffen.

## Risiken der Aspirationslipektomie

Allgemein besteht bei Eingriffen, in denen Fettgewebe abgesaugt wird, ein besonders geringes Risiko. Es können jedoch wie bei jedem operativen Eingriff Komplikationen nie vollständig ausgeschlossen und im Einzelfall vorhergesehen werden. Zum Beispiel kann sich Ausprägung der Dauer und des Ausmaßes der Blutergüsse und Schwellungen von Patient zu Patient sehr verschieden gestalten.

Selten können auch Infektionen des Wundgebietes auftreten. Diese verschlechtern ein ästhetisches Endergebnis bei einer geeigneten Behandlung nicht zwangsläufig. Einige Faktoren können zu ebenso seltenen Wundheilungsstörungen führen. Dazu gehören z.B. eine verzögerte Genesung bei Rauchern, Diabetikern und Patienten mit Blutgerinnungsstörungen, was aber in einem Gespräch vor der Operation eingehend besprochen werden.

Da im Operationsgebiet sehr feine Hautnerven durchtrennt werden, kann hier eine vorläufige Taubheit auftreten. Die Sensibilität der Haut kehrt in der Regel aber während des Heilungsprozesses vollständig zurück.

Weil Sie mit Dr. Yousef einen gut ausgebildeten und erfahrenen Operateur gewählt haben und bei Befolgung der Vorschriften für die postoperative Zeit, erreichen Sie normalerweise das gewünschte Resultat ohne Probleme.

## Informieren Sie sich vor der Operation!

Der behandelnde Arzt klärt den Patienten vor jedem operativen Eingriff detailliert über Vorgang und Risiken auf. Zögern Sie nicht, alles zu fragen, was Sie wissen wollen. Bei offen gebliebenen Fragen können Sie sich auch ruhig später, ggf. telefonisch oder während eines folgenden Vorbesprechungstermins, informieren.

In der Einverständniserklärung sind Ihr Name und Geburtsdatum sowie das Operationsverfahren und sämtliche besprochenen eventuellen Komplikationen dokumentiert. Mit Ihrer Unterschrift gewährleisten Sie den Erhalt der entsprechenden Aufklärung und dass Sie unter Kenntnis der allgemeinen und besonderen Risiken mit der Operation einverstanden sind.



## Wie kann ich mich auf den Eingriff vorbereiten?

Wenn Sie sich für eine Aspirationslippektomie entscheiden, ist es sinnvoll, sich für etwa eine Woche von jeglichen privaten sowie beruflichen Pflichten befreien zu lassen. Die Methode und das Ausmaß der Operation bestimmt letztendlich, wie viel Zeit Sie persönlich dafür benötigen.

Wenn Sie in der glücklichen Lage sind, jemanden zu haben, der sich nach dem Eingriff um Sie kümmert, gehen Sie mit dieser Person speziell das Kapitel Postoperative Ratschläge durch.

Für einen psychisch wie physisch entspannten Zustand raten wir Ihnen, auch die Tage direkt vor dem Eingriff ruhig anzugehen. Sollten in der Zeit vor dem Eingriff Zweifel oder Fragen auftauchen, rufen Sie Dr. Yousef bitte unverzüglich an.

## Wo wird die Operation durchgeführt?

Abhängig vom Ausgangsbefund und Ihren persönlichen Wünschen, können Liposuktionen ambulant oder stationär durchgeführt werden.

Bei ambulanter Durchführung findet nach der Operation zunächst eine Ruhephase statt, nach der Sie aber nach Hause gehen können. Sie sollten in keinem Fall selbst Auto fahren. Es ist auch stationär die Betreuung von einem oder mehreren Tagen in einer Klinik möglich. Dies macht vor allem bei größeren Eingriffen oder Vorerkrankungen Sinn, bei denen eine regelmäßige Betreuung durch einen Arzt erforderlich ist.

## Welche Art der Narkose wird verwandt?

Die Liposuktion kann je nach Umfang sowohl mit Lokalanästhesie als auch in Vollnarkose durchgeführt werden.

Vor der örtlichen Betäubung wird Ihnen ein Beruhigungsmittel zugeführt (in Form einer Tablette oder einer intravenösen Einspritzung in die Armvene), durch das Sie in einen dämmerchlafartigen Zustand versetzt werden. Sie sind dann zwar wach, aber entspannt, und empfinden keine Schmerzen. Lediglich ein Zupfen, Bohren oder Ziehen kann während der Operation im Operationsgebiet zu spüren sein.

In allen Fällen, insbesondere jedoch bei einer geplanten Vollnarkose, untersucht Sie vor dem Eingriff ein Narkosearzt (Anästhesist), der Ihre Narkosefähigkeit beurteilt. Dieser ist selbstverständlich auch während der kompletten Operation zugegen, um die Narkose zu steuern.

Ablauf der Operation

Die Operationsdauer hängt hauptsächlich vom Umfang und der Anzahl der zu entfernenden Polster ab. Aber auch die Art der Narkose sowie das Operationsverfahren haben Auswirkung auf die Operationszeit. Wird beispielsweise Fett an Oberschenkeln oder Hüften abgesaugt, dauert der Eingriff bei normalem Befund ca. eine bis eineinhalb Stunden.

- Zunächst wird das Operationsgebiet desinfiziert und steril abgedeckt. Anschließend schneidet der Chirurg die Haut an strategisch vorteilhaften Stellen ein (Inzisionen), wo daraufhin eine schmale Kanüle eingeführt werden kann, durch die das Fettgewebe unter der Haut abgesaugt werden kann. In den meisten Fällen müssen mehrere Inzisionen gesetzt werden, dabei aber immer an vornehmlich unauffälligen Stellen.
- Durch Verschieben und anschließendes Zurückziehen der Kanüle durch das Fettgewebe werden die Fettzellen zunächst gelöst und dann abgesaugt. Den Sog, der dafür nötig ist, erzeugt z.B. eine Vakuumpumpe.
- Abschließend folgt das Vernähen der Hautschnitte und je nach Operationsort das Anlegen eines straff sitzenden Verbandes, durch den postoperative Schwellungen des Wundgebietes minimiert werden sollen.
- Zusammen mit dem Verlust der Fettzellen findet auch ein Flüssigkeitsverlust im Körper statt. Intravenöse Infusionen, die während und nach dem Operieren eingespritzt werden, können diese Flüssigkeit ersetzen.



## Welche unterschiedlichen Methoden der Liposuktion gibt es?

Die oben beschriebene Basistechnik wird bei allen Aspirationslipektomie-Patienten angewandt. Inzwischen stehen einige Variationen zu Verfügung, da die Technik mit der Zeit verfeinert und weiter entwickelt wurde. Ihr Operateur wird Ihren individuellen Ansprüchen und Wünschen entsprechend die für Sie beste Technik auswählen.

Eine heute häufig angewandte Technik ist die Flüssigkeitsinjektion, bei der vor der Fettabsaugung eine sterile Lösung in das Gewebe eingeführt wird. Die Flüssigkeit setzt sich im Allgemeinen aus Prilocain (einem lokalen Anästhetikum), einer physiologischen (d.h. blutverträglichen) Salzlösung und Adrenalin (einem Medikament, das gefäßverengend wirkt) oder gleichwertigen Mitteln zusammen. Durch die Flüssigkeit können Fettzellen leichter entfernt, Blutverlust vermindert und eine zusätzliche lokale Betäubung während und auch nach dem Eingriff geboten werden. Darüber hinaus werden durch sie postoperative Blutergüsse reduziert. Die Menge der verwandten Flüssigkeit ist von den individuellen Bedürfnissen des Patienten abhängig.

Im Zuge der Tumeszenztechnik (Tumeszenz bedeutet Schwellung; so genannt, weil bei dieser Methode die Fettzellen anschwellen) bringt der Chirurg große Flüssigkeitsmengen - gelegentlich das Dreifache der Fettmenge, die entfernt werden soll – in den Körper ein. Im Normalfall geschieht dieser Vorgang zusammen mit einer lokalen Betäubung und nimmt viel mehr Zeit als die klassische Liposuktion in Anspruch (bis zu vier oder fünf Stunden). Gegebenenfalls kann eine zusätzliche Narkose auch ausbleiben, wenn genug Betäubungsmittel von der Flüssigkeitsmenge aufgenommen werden kann.

Ähnlich der Tumeszenztechnik, wird bei der Supernasstechnik auch Flüssigkeit eingesetzt. Es wird aber generell nur so viel Flüssigkeit eingeführt, wie Fett entfernt wird. Bei dieser Methode ist eine Vollnarkose oder wenigstens die Anwendung intravenöser Beruhigungsmittel üblich. Sie dauert in etwa ein bis zwei Stunden.

Bei der Ultraschall-Assistierten Aspirationslipektomie (UAL) wird eine spezielle Kanüle verwandt, die vor Ort Ultraschallenergie im Fettgewebe abgeben kann. Dadurch werden die Fettzellen gesprengt und daraufhin wie bei der Basistechnik das verflüssigte Fett abgesaugt. Eingesetzt wird die UAL, um Fett aus Gebieten zu entfernen, die stark von Bindegewebe durchsetzt sind, wie z.B. der obere Rücken und die männliche Brust. Die UAL kann auch bei Zweiteingriffen Vorteile bieten. Generell dauert eine UAL um einiges länger als die Basistechnik.

Zur technischen Erleichterung der Absaugung in Bereichen mit viel Bindegewebe kann die PAL (Power Assisted Liposuction) oder die Vibrationsmethode angewandt werden.

## Was müssen Sie nach einer Fettabsaugung beachten?

1. Eisbeutel stellen in den ersten Tagen eine große Hilfe zum Verringern der Schwellungen dar, sollten aber nicht direkt mit der Haut in Berührung geraten.
2. Die Anweisungen zur Einnahme von verordneten Medikamenten sind exakt einzuhalten.
3. Zur Milderung der postoperativen Blutergüsse und Schwellungen ist eng anliegende Kleidung (beispielsweise eine Art Mieder nach Hüftbehandlungen) unbedingt notwendig. Außerdem hilft sie der Haut, sich an die neuen Konturen anzupassen. Meist wird die Kompressionskleidung etwa sechs Wochen getragen, die genaue Tragezeit ist aber im Einzelnen zu besprechen.
4. In den Tagen unmittelbar nach dem Eingriff ist es normal, dass Sie ein Brennen, leichte Schmerzen und eine momentane Taubheit im Wundgebiet verspüren. Dagegen können Sie allerdings Medikamente nehmen.
5. Sollten plötzliche Blutungen, Gefühlsstörungen oder Schmerzen auftreten, kontaktieren Sie bitte unverzüglich Ihren Operateur. Dasselbe sollten Sie auch beim Auftreten aller anderen Unklarheiten tun.
6. Es findet eine regelmäßige Kontrolle des Heilungsprozesses statt. Die Entfernung der Hautnahtfäden erfolgt nach etwa zehn Tagen.
7. Aufstehen und Herumlaufen wird für Sie vermutlich sehr schnell möglich sein. Dadurch können Sie postoperative Schwellungen vermindern und das Risiko von Venenthrombosen herabsetzen.
8. In den ersten vier Wochen sollten anstrengende Tätigkeiten vermieden werden. Wann Sie Ihre Arbeit wieder aufnehmen können, hängt selbstverständlich von der Art Ihres Berufes ab.



9. Sie werden unmittelbar und bis zu sieben Tagen nach dem Eingriff sogar eine Gewichtszunahme feststellen, die sich durch die in die abgesaugten Bereiche eingeführte Schwellungsflüssigkeit begründet. Nach etwa einer Woche können Sie aber durch kontinuierliches Tragen der Kompressionskleidung Ihr Ausgangsgewicht wieder erreichen.
10. Nach der Operation kann eine leichte Ängstlichkeit bis hin zur Traurigkeit auftreten. Diese Gefühle erklären sich durch die unangenehmen operativen Begleiterscheinungen sowie die gespannte Erwartung des endgültigen Ergebnisses. Sie vergehen jedoch mit fortschreitender Heilung, während der Sie sich immer besser fühlen werden.
11. Die Körperpflege: Ideal ist das Waschen unter der Dusche. Dabei sollte aber der Kontakt der verplasterten Nahtstellen zu Wasser vermieden werden. Über Ihre Hautpflege sollte im Einzelnen mit Ihrem Arzt gesprochen werden. Bei Blutergüssen und Schwellungen ist die Verwendung von entsprechend wirkenden Cremes und Salben sinnvoll. Anticellulitecremes sollten von den Inzisionsstellen bis zur kompletten Heilung ferngehalten werden.
12. Schwellungen und Blutergüsse bilden sich größtenteils während der ersten zwei Wochen zurück. In Einzelfällen dauert das Abschwellen länger, insbesondere bei warmen Temperaturen kann eine leichte Schwellneigung noch einige Monate fortbestehen.

## Ihr neues Erscheinungsbild

Der Unterschied Ihrer operierten Körpermitte wird schon bald nach dem Eingriff sichtbar sein. Doch erst nach etwa sechs Wochen, nachdem die meisten Schwellungen abgeklungen sind, können Sie die Verbesserung erkennen. Das Endresultat wird dann oft nach drei Monaten deutlich, wenn schließlich auch die leichten Schwellungen abgeklungen sind. Wenn Sie realistische Erwartungen hatten und keine Komplikationen bei der Operation entstanden sind, können Sie sich am Ende über ein erfolgreiches, ästhetisches Resultat freuen.

## Ist die Wiederholung einer Liposuktion möglich?

Die Möglichkeit, eine Fettabsaugung zu wiederholen, besteht im Allgemeinen auch in einem Bereich, in dem sie schon einmal durchgeführt worden ist, wird aber selten benötigt. Sollte der Wunsch geäußert werden, einen erst kürzlich erfolgten Eingriff zu korrigieren, sollten Sie sinnigerweise zunächst den Endeffekt der Erstoperation abwarten, der nach sechs bis zwölf Monaten eintritt.

## Die Kosten

Im Normalfall dient die Aspirationsliposuktion zur Verbesserung des äußeren Aussehens. Deshalb übernehmen Krankenversicherungen zumeist keine Kosten. Bei eindeutig funktioneller Beeinträchtigung wird Ihr Arzt Ihnen gerne dabei helfen, der Versicherung die durch Aspirationsliposuktion mögliche Verbesserung aufzuzeigen. Sie sollten sich jedoch nicht zu viel Hoffnung auf die Beteiligung der Krankenkasse machen.

Haben Sie bitte Verständnis dafür, dass Ärzte es aus ethischen Gründen selbstverständlich ablehnen müssen, bei einer lediglich kosmetischen Veränderung eine medizinisch nicht gerechtfertigte Bescheinigung für eine funktionelle Störung auszustellen.