



**BGU**

Berufsgenossenschaftliche  
Unfallklinik Frankfurt am Main



Patienteninfo

## **Körperformung und Straffung durch Plastische Chirurgie „Bodycontouring“**

Abteilung für Plastische, Hand- und Rekonstruktive  
Mikrochirurgie, Hand-Trauma- und Replantationszentrum

## Sehr geehrte Patientinnen und Patienten,

um sich „in der Haut wohlfühlen“, muss das äußere Erscheinungsbild und die Körperform mit unserem Selbstbildnis, der Persönlichkeit und dem eigenen Lebensstil in Einklang stehen. Verändert sich die Körperform außergewöhnlich stark durch überdurchschnittliche Gewichtsveränderungen im Zusammenhang mit Ernährung, bariatrischen Operationen, Schwangerschaft oder spezifischen Erkrankungen, kann das Gleichgewicht zwischen Körperform, Funktion, Lebensqualität und Selbstwahrnehmung aus der Balance kommen.

Als Grund körperlicher Beeinträchtigungen besteht in der Regel ein großer Haut-Unterhaut-Überschuss, die sog. Dermatochalasis, und je nach Krankheitsverlauf auch ein bedeutender Anteil von Unterhautfettgewebe. Durch zusätzlich vorbestehende Narben nach Unfall oder Voroperationen, eine Bauchwandschwäche oder ein Lipödem können die körperlichen Beeinträchtigungen noch größer sein.

Als Plastische Chirurgen führen wir körperformende Eingriffe und Straffungen durch „von Kopf bis Fuß“ und beraten Sie mit Blick auf Ihre individuellen Hintergründe und Wünsche, die eine körperformende Straffungsoperation in Betracht ziehen. Für ein optimales Ergebnis kombinieren wir Einzeloperationen und -schritte je nach individuellem Befund und Bedürfnissen am ganzen Körper mit einer lokalen Fettabsaugung oder einem Brustaufbau durch Verlagerung von Eigengewebe und/oder der Verwendung von Silikonimplantaten.

Für Patienten und Patientinnen mit großen Gewichtsveränderungen arbeiten wir eng mit regionalen Adipositaszentren in der Rhein-Main-Region zusammen.

Die plastisch-chirurgische Wiederherstellung der Körperkontur durch Straffung von Körperpartien gehört zu einem der Behandlungsschwerpunkte der Abteilung.

*Ihr Team der Plastischen Chirurgen der BGU Frankfurt*



Prof. Dr. med. Christoph Hirche



Dr. med. Benjamin Ziegler

## **Körperperformende Straffungsoperationen – Hintergründe und Spektrum**

Überschüssiges und erschlafftes, gerissenes Gewebe führt durch Hautlappen und Überdehnungen je nach Ausprägung der Veränderungen zu störenden, funktionellen Einschränkungen bis hin zur Unmöglichkeit, Sport und Fitness nachzugehen und einen gesunden Lebensstil zu erreichen. Alltägliche, sonst normale „Dinge“ werden zur Last; Körperhygiene und Kleidungsauswahl können eine tägliche Herausforderung sein und die sogenannte Intertrigo – auch als Hautwolf bekannt (ein Ekzem in Hautfalten) - eine chronische Reizung mit Behandlungsbedarf mit sich bringen. Auf der anderen Seite ist eine körperperformende, resezierende Straffung kein Mittel, um bedeutsam Übergewicht zu verlieren. Die entfernten Haut-Unterhautanteile wiegen selten mehr als wenige Kilogramm.

Vor den körperperformenden Straffungsoperationen durch Plastische Chirurgie – dem sogenannten Bodycontouring – bestehen als Gründe für die Beeinträchtigungen in der Regel ein großer Haut-Unterhaut-Überschuss, die sog. Dermatochalasis, und je nach Krankheitsverlauf ein größerer oder kleiner Anteil von Unterhautfettgewebe, der durch klassische chirurgische Operationstechniken der körperperformenden Straffung in Verbindung mit minimal-invasiver Liposuktion behandelt wird.

### **Wir bieten hierzu das komplette Spektrum der körperperformenden Plastischen Chirurgie:**

- Abdominoplastiken inklusive Mini-Abdominoplastiken, kombiniert mit Rekonstruktion einer Bauchwandschwäche der geraden Bauchmuskeln („Rektusdiastase“)
- Bauchdeckenstraffungen, horizontal und vertikal; kombiniert (Fleur-de-lis)
- Fettschürzenresektionen der Bauchdecke und des Schamhügels
- Schamhügel-, Oberschenkel- und Oberarmstraffungen
- vorderes und hinteres Bodylift, Beltlift
- Rekonstruktion einer Rektusdiastase
- Kombination der Körperstraffung mit Brustaufbau durch Verlagerung von Eigengewebe und/oder Implantation von Silikonimplantaten
- Stumpfstraffungen nach Amputationsverletzung
- Kombination der Straffungen mit Fettabsaugung (Liposuktion)

## Körperperformende Straffungsoperationen nach ausgeprägtem Gewichtsverlust (postbariatrisch)

Am häufigsten finden körperperformende Straffungsoperation mit/ohne Liposuktion nach ausgeprägtem Gewichtsverlust durch eine bariatrische Operation oder intensivierete diätetische und Sport-Maßnahmen statt, wodurch Haut durch den Abbau von Unterhautfettgewebe erschlafft.

In der Regel sind zuerst bariatrische und/oder diätetische Therapieschritte zu empfehlen, um den Erfolg der postbariatrischen, körperperformenden Straffungsoperation zum Zeitpunkt eines persönlich definierten Idealgewichts zu erhöhen. In individuellen Fällen kann eine vorbereitende Körperformung durch eine Fettschürzenresektion allerdings sinnvoll sein, um nach einer bariatrischen Operation und zur Unterstützung diätetischer Therapieschritte die körperliche Funktion und Leistungsfähigkeit zu verbessern.

Neben einer akkuraten präoperativen Einzeichnung (Bild 1) bei der plastisch-chirurgischen Therapie bedürfen postbariatrische Patienten und Patientinnen aufgrund des stark vorge-dehnten und daher in der Wundheilung reduzierten Gewebes sowie einer häufig veränderten Stoffwechsellage einer spezialisierten und individuell angepassten Operationsstrategie und zusätzlichen Maßnahmen (z. B. Substitution von Vitaminen und Spurenelementen) und großer Erfahrung, um das Risiko



**Bild 1:** Präoperative Einzeichnung der zu entfernenden überschüssigen Haut und Weichteile im Stehen durch den Operateur vor Körperformung nach Gewichtsverlust

**Bild 2:** Überschüssige Haut und Weichteile des rechten Oberarms mit funktionellen Beeinträchtigung nach Gewichtsverlust

von Wundkomplikationen so klein wie möglich zu halten. Viele Körperregionen können betroffen sein (Bild 1 und 2), die Reihenfolge wird individuell mit Ihnen abgestimmt.

## **Körperformende Straffungsoperationen in Verbindung mit einer Bauchwandschwäche der geraden Bauchmuskeln („Rektusdiastase“)**

Ein Erschlaffen der Bauchmuskulatur kann Folge einer oder mehrerer Schwangerschaften oder sehr ausgeprägten Gewichtsveränderungen oder Folge eines langjährigen Übergewichts sein. Das Auseinanderdriften der senkrecht verlaufenden geraden Bauchmuskeln um mehrere Zentimeter, die Rektusdiastase, führt zu einer breiten Taille und einer Schwäche der Bauchwand, weil die Ansätze und Ursprünge der Muskeln dadurch aus dem Gleichgewicht geraten sind. Auch ein intensives Muskelaufbauprogramm kann diese Erschlaffung nicht rückgängig machen. In Kombination mit einer körperformenden Straffungsoperation oder auch allein kann die Bauchregion verbessert werden, dabei wird häufig erschlafftes Gewebe entfernt, der Hautlappen nach unten gerafft sowie der Nabel versetzt. Form und Stabilisierung der vorderen Bauchwand stehen hierbei im Vordergrund der Behandlung: Hierbei werden die geraden Bauchmuskeln des „Sixpacks“, der *Musculus rectus abdominis* und seine Faszienanteile, von außen zusammengefügt und fixiert. Bei größeren Bauchwand- und Nabelbrüchen arbeiten wir mit erfahrenen Viszeralchirurgen zusammen, die Sie vor der Operation gesondert untersuchen und die Operation entweder im Vorfeld oder simultan während der plastisch-chirurgischen Operation durchführen.

## **Körperformende Straffungsoperationen bei Lipödem**

Bei fortgeschrittenen Stadien eines Lipödems ist die Liposuktion eine kausale und minimal-invasive Operationstechnik, die das krankhaft veränderte Fettgewebe dauerhaft stabil entfernt und die damit verbundenen Schmerzen und Einschränkungen reduziert. Durch die großen Mengen an entferntem Gewebe kommt es zunächst zu einer relativen Erschlaffung des Hautmantels. Reichen die Rückstellkräfte der Haut nicht aus und verbleiben übermäßige, vor allem funktionell einschränkende Hautfalten und Überschussgewebe, können körperformende Straffungsoperation in der Regel sekundär auch beim Lipödem eine zielführende Verbesserung von Form, Funktion und Ästhetik erreichen und medizinisch indi-

ziert sein. Eine Straffung muss bei der Diagnose Lipödem allerdings vorsichtiger und mit anderen Kriterien wie ohne Lipödem durchgeführt werden, um ein erneutes Fortschreiten der Beschwerden bei Lipödem zu verhindern.

### **Körperformende Straffungsoperationen nach Amputationsverletzungen für die Prothesen(-schaft)-anpassung**

Der Verlust einer Extremität führt neben den funktionellen Einschränkungen zu einer dauerhaften Veränderung der körperlichen Integrität mit entsprechenden psychosozialen Folgen. Die Wiederherstellung der Funktion durch moderne, myoelektrische Prothesen ist ein wichtiger Schritt zur (Teil)-Wiederherstellung der körperlichen Integrität.

Der Weg dorthin ist für viele Betroffene lang, und die psychosozialen Folgen führen nicht selten zu starken Gewichtsveränderungen. Körperformende Straffungsoperationen mit sorgfältiger Planung in Zusammenarbeit mit Orthopädietechnikern und Orthopäden können den Haut-Weichteilmantel für eine bestmögliche Passform des Prothesenschaftes optimieren und Areale zur Verbesserung der Elektrodenableitung ausdünnen.

### **Körperformende Straffungsoperationen zur Therapie von Narben nach Operationen, Unfällen und Verbrennungen**

Durch Narben von Operationen, Unfällen oder Verbrennungen entstehen häufig Körperareale, in denen der Hautmantel mit der Muskulatur oder Körperfaszie verklebt ist, da durch die Verletzung das wichtige Unterhautfettgewebe verloren gegangen ist. Durch diese Volumendefekte kommt es häufig zu unansehnlichen Entstellungen, die eine betroffene Person ein Leben lang an das Ereignis erinnern. Nicht selten führen diese Verklebungen auch zu funktionellen Beeinträchtigungen. Diese Beeinträchtigungen werden umso deutlicher, je mehr Gewichtsveränderungen eine betroffene Person durchlebt. Unabhängig davon, ob die Narben durch einen Arbeits- und Wegeunfall, eine Operation oder eine private Verletzung oder Verbrennung entstanden sind, gibt es durch moderne körperstraffende und -modulierende Operationen eine Vielzahl von erfolgreichen Methoden, Form, Funktion, Ästhetik wie auch Symmetrie zu erreichen und dabei das Stigma der Narbe zu verlieren.



Bild 3: Dysproportionierte Haut und Weichteile mit erhöhtem Operationsrisiko (links) vor endoprothetischem Eingriff am linken Kniegelenk (rechts)

### **Körperformende Straffungsoperationen in Vorbereitung auf andere Operationen (Baucheingriffe, Gelenkeingriffe)**

Gewichtsveränderungen führen neben den Belastungen für die großen Gelenke auch zu einem erhöhten Risiko an Wundkomplikationen. Sollen bei Ihnen größere Operationen am Bauch oder an Gelenken (Endoprothetik) durchgeführt werden, so können durch körperformende Eingriffe in Verbindung mit einer Liposuktion die Operationsgebiete so ausgedünnt und vorbereitet werden, dass das spätere Risiko einer Wundkomplikation erfolgreich reduziert werden kann und Sie unmittelbar nach der eigentlich geplanten Operation die notwendige körperliche Fitness aufbauen können und durch Funktion in Bewegung bleiben (Bild 3).

### **Körperformende Straffungsoperationen und „Bodycontouring“ – einfach so...**

Durch eine wechselhafte Ernährung, anlagebedingte Gewebeschwächen, altersbedingte Gewebeeränderungen wie auch unregelmäßigen Sport können erschlaffte Körperpartien mit lokalisierter Fettverteilungsstörung das eigene Körperbild beeinträchtigen und trotz aller sportlicher Maßnahmen und Hautpflege nicht die gewünschten Veränderungen herbeiführen.

Körperformende, vor allem minimal-invasive Eingriffe können durch Ästhetische Chirurgie die Zufriedenheit wiederherstellen und „einfach so“ geplant werden. Die Kosten einer solchen Operation müssen Sie in der Regel selbst tragen, wir

beraten Sie gern und unterbreiten Ihnen unverbindlich einen Kostenvoranschlag als Selbstzahler.

## **Kostenübernahme durch die zuständigen Krankenkassen**

Je nach Ausprägung der Veränderungen der Körperform und der daraus resultierenden Einschränkungen ist eine Übernahme der Behandlungskosten durch die Krankenkasse oder Unfallversicherung möglich. Gerne beraten wir Sie ausführlich und unterstützen Sie bei der Beantragung. Alternativ bieten wir sämtliche plastisch-chirurgischen Operationen auch als Selbstzahler-Leistung an. Nach eingehender Untersuchung und Beratung erstellen wir Ihnen hierfür gerne einen Kostenvoranschlag.

## **Beratungsgespräche und Terminvereinbarung**

Im Rahmen unserer Spezialsprechstunde beraten wir Sie ausführlich über die plastisch-chirurgischen Therapiemöglichkeiten körperformender Eingriffe, der Einzelschritte sowie über erreichbare Ziele und Risiken, erstellen einen individuellen Therapieplan und unterstützen Sie bei der Einholung einer Kostenübernahme durch Ihre Krankenkasse.

Sie profitieren von unserer ganzheitlichen Erfahrung aus einer Hand – von der unfallmedizinischen Wiederherstellung bis zur ästhetischen Chirurgie.

**Wir beraten Sie gerne!**

## **Kontakt für Anfragen, weiterführende Informationen und Terminvereinbarung:**

**Sekretariat der Abteilung für  
Plastische, Hand- und Rekonstruktive Mikrochirurgie,  
Chefarzt Herr Prof. Dr. med. Christoph Hirche**

BG Unfallklinik Frankfurt am Main gGmbH,  
Friedberger Landstraße 430, 60389 Frankfurt am Main,  
Tel.: 069/475-2323 oder -2021, Fax: 069/475-2343  
E-Mail: [plastische-chirurgie@bgu-frankfurt.de](mailto:plastische-chirurgie@bgu-frankfurt.de)  
Website: [www.bgu-frankfurt.de](http://www.bgu-frankfurt.de)

**Terminvergabe auch über [www.doctolib.de](http://www.doctolib.de)**