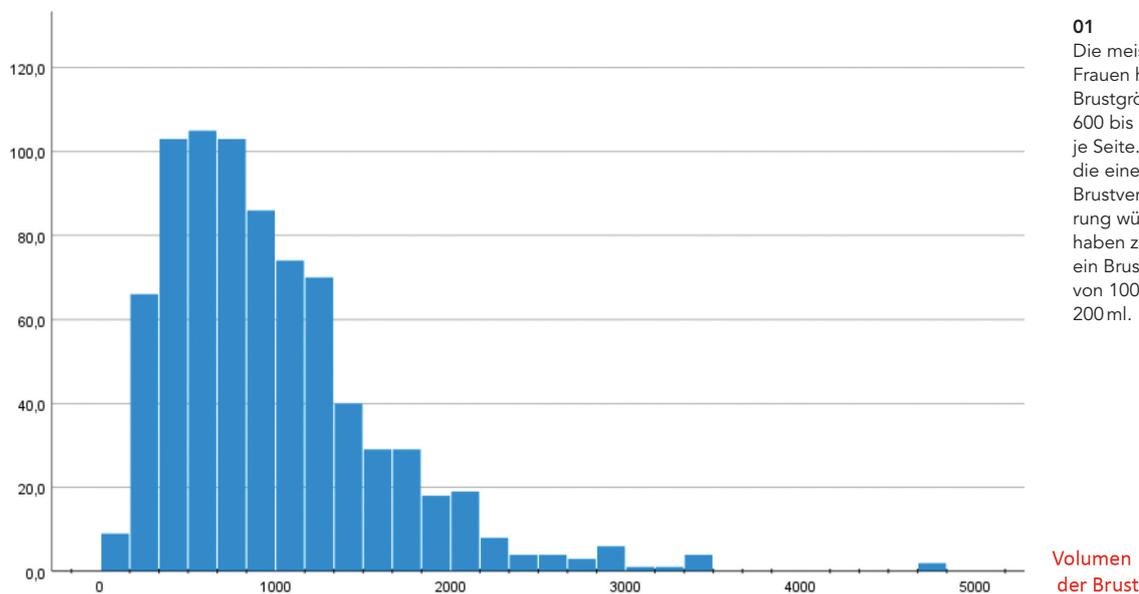


# Die ideale Größe

Eine Brustvergrößerung kann das ästhetische Erscheinungsbild maßgeblich verbessern und somit auch Selbstvertrauen und Wohlbefinden einer Person steigern. Um wiederum eine natürlich wirkende Brustvergrößerung zu erreichen, ist offenbar der Body-Mass-Index eine nicht zu übersehende Größe, die in Betracht gezogen werden sollte. Laut Dr. Stéphane Stahl und Dr. Adelana Santos Stahl – Spezialisten auf dem Gebiet der Mammoplastik – ermöglicht eine neue Methode so erstmals, die optimale Größe der Brust zu bestimmen.

Anzahl  
der Frauen

## Größenverteilung nach Volumen



01

Die meisten Frauen haben eine Brustgröße von 600 bis 1.000 ml je Seite. Frauen, die eine Brustvergrößerung wünschen, haben zumeist nur ein Brustvolumen von 100 bis 200 ml.

Volumen  
der Brust

Brustvergrößerungen gehören weltweit zu den am häufigsten durchgeführten ästhetisch-plastischen Operationen. In diesem Zusammenhang lässt eine Zahl aufhorchen:

In vier Prozent aller Fälle entscheiden sich die Patientinnen anschließend für eine Nachoperation.<sup>1</sup> Einziger Grund hierfür ist die Tatsache, dass die Brustgröße nicht den Wünschen der Patientin entspricht, das heißt, sie wünscht eine noch größere oder eine kleinere Brust.<sup>2</sup> Eine neue Berechnungsmethode für die optimale Größe kann zukünftig solche Korrekturen vermeiden. „Für eine größtmögliche Zufriedenheit der Patientin mit dem Ergebnis einer Brustvergrößerung ist die adäquate Bestimmung der optimalen Größe der Brust und des passenden Implantates von ausschlaggebender Bedeutung“, wissen die beiden Fachärzte für Ästhetisch-Plastische Chirurgie Priv.-Doz. Dr. Stéphane Stahl und Dr. Adelana Santos Stahl, die in ihrer Privatpraxis Centerplast in Saarbrücken auf Brustoperationen spezialisiert sind. Eine wichtige Kenngröße bei der Planung ist der Body-Mass-Index (BMI). Dieser sollte bei einer Brustoperation auf jeden Fall berücksichtigt werden. Denn: „Der BMI ist der wichtigste prognostische Faktor für die Wahl eines Brustimplantates“, erklären sie. Dann könnten Nachoperationen mit allen verbundenen Risiken bald der Vergangenheit angehören.

## Ideale Brustgröße

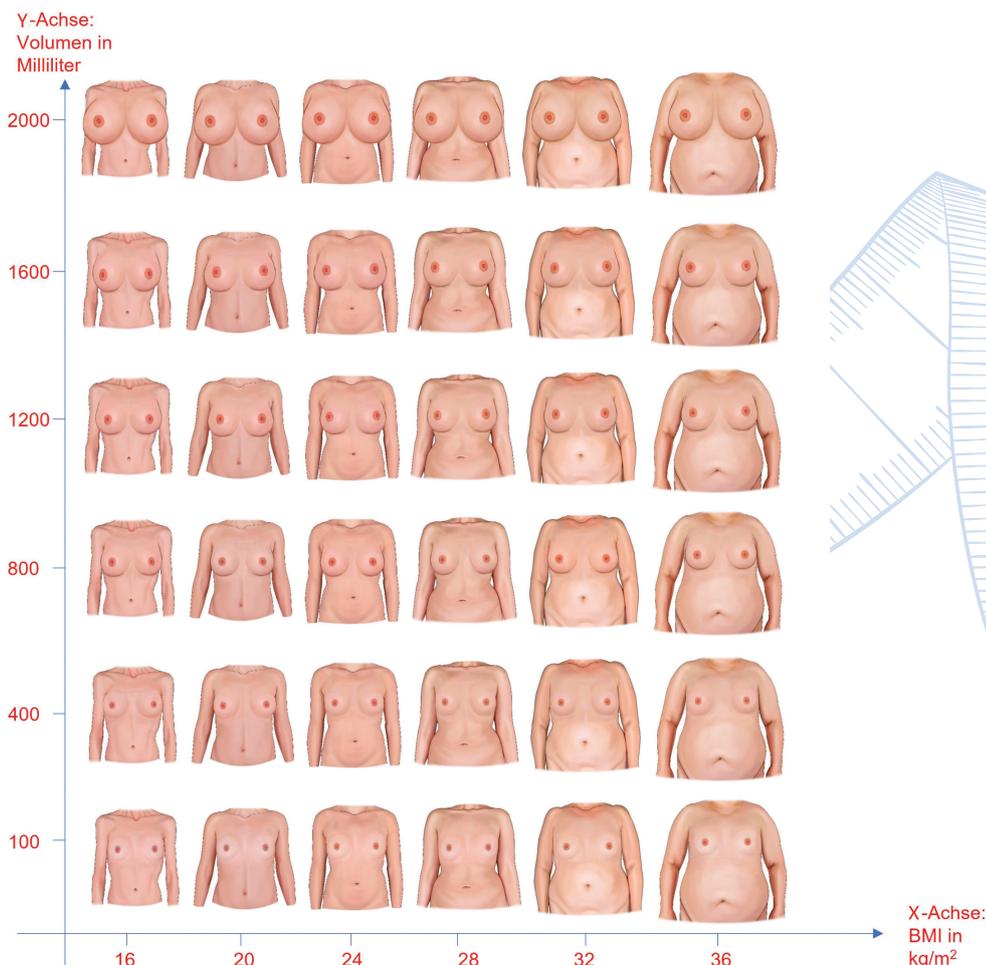
Was ist die individuell ideale Brustgröße? Wissenschaftler haben in einer jüngst veröffentlichten Studie, an der die beiden Mediziner maßgeblich beteiligt waren, herausgefunden, dass die Größe der weiblichen Brust mit dem BMI korreliert.<sup>3</sup> Das bedeutet: Eine Frau mit einem BMI von 23 hat natürlicherweise eine kleinere Brust als eine Frau mit einem BMI von 30. „Für eine natürlich wirkende Brustvergrößerung sollte die Größe des Implantates im Verhältnis zur Körpergröße und zum Körpergewicht stehen“, erklären die beiden Fachärzte.

## Durchschnitt ist schön

Aus der Attraktivitätsforschung ist bekannt, dass Durchschnittsgröße und Symmetrie bei der weiblichen Brust durchweg als schön empfunden werden. Eine durchschnittliche Brustgröße wird erfahrungsgemäß auch bei dem Wunsch nach einer Brustvergrößerung oder -verkleinerung am häufigsten nachgefragt. „Dies unterstreicht die Notwendigkeit, die Patientinnen über die normale Verteilung der Brustgröße nach Alter und BMI zu informieren“, erklären die beiden Ästhetisch-Plastischen Chirurgen.

## Größenverteilung nach BMI

**02**  
Das Volumen der Brust steigt im Verhältnis zum BMI: Eine Frau mit einem BMI von 20 hat eine Brustgröße von 400 bis 500ml, wohingegen eine Frau mit einem BMI von 30 eine Größe von 1.400ml aufweist.



An diesem Punkt stellt sich die Frage: Was ist eine durchschnittlich große Brust? In der Studie hat sich gezeigt, dass die meisten Frauen eine Brustgröße von 600 bis 1.000ml je Seite haben. Frauen, die sich für eine Vergrößerung entscheiden, haben in der Regel ein Brustvolumen von 100 bis 200ml. Das heißt: „Die meisten Frauen, die sich für eine Brustvergrößerung entscheiden, haben eine kleinere Brust als 90 Prozent der Frauen.“

Erkenntnisse über die Durchschnittsgröße sind aber auch bei Brustverkleinerungen relevant. „Fallen die Brüste nach der Reduktionsplastik kleiner aus als es dem Durchschnitt entspricht, kann das dazu führen, dass Patientinnen derart unzufrieden sind, dass die Brust erneut vergrößert wird, um eine natürliche Größe zu erreichen“, wissen die beiden Fachärzte.

wurden anhand von 400 Patientinnen durchgeführt. Unter Berücksichtigung des Alters und des BMI der Patientinnen wurden die mittleren Brustvolumina pro Seite und die Unterschiede zwischen der oberen und unteren Perzentile zu den mittleren Volumina berechnet. Im Ergebnis hatten die Patientinnen einen mittleren BMI von 23,5 (Bereich: 14,7–45,6) und ein mittleres Alter von 51 (Spanne: 24–82). Das durchschnittliche Gesamtvolumen der Brust nahm mit dem BMI stark zu ( $r=0,834$ ) und mäßig mit dem Alter ( $r=0,305$ ,  $p<0,01$ ). Innerhalb eines BMI-Bereichs von 18–24 unterscheiden sich die Brustvolumina im 8. und 18. Perzentil im Durchschnitt um etwa 50ml. Eine BMI-Einheit bei Frauen mit Brustgrößen im 10. Perzentil entspricht einem Brustvolumenunterschied von etwa 30ml.

## Messmethode

Sogenannte Körbchengrößen eignen sich nicht zur genauen Größenbestimmung, da die Volumina von Körbchengrößen stark differieren können und keine verlässlichen Angaben darstellen. So bedeutet eine größere Körbchengröße nicht automatisch ein größeres Volumen. Die genaueste Methode, das Brustvolumen zu messen, ist eine Kernspin-Untersuchung (MRT).

## Die Studie

In der Studie sollte die Korrelation zwischen dem Brustvolumen und dem BMI oder dem Alter untersucht werden. Die Analysen



### Centerplast

Gemeinschaftspraxis für  
Plastische und Ästhetische  
Chirurgie/Handchirurgie

Dr. med. Adelana Santos Stahl

Priv.-Doz. Dr. med. Stéphane Stahl

Bahnhofstraße 36

66111 Saarbrücken

Literatur

