

# Brustvergrößerung ohne Schmerzen?

Eine schmerzfreie Brustvergrößerung – diese Wunschvorstellung vieler Patientinnen ist für die meisten Ärzte noch immer unvorstellbar. Dabei gibt es inzwischen Methoden, mit denen die Behandlung fast schmerzlos verläuft.

Dr. med. Robin Deb

**N**och lange Zeit unter Schmerzen leiden, die Arme nicht über den Kopf heben können und schon gar kein Kind tragen – diese Geschichten hören und lesen viele Interessentinnen immer wieder, wenn sie sich vorab über eine Brustvergrößerung informieren. Ob nach dem chirurgischen Eingriff wirklich so starke Beschwerden drohen, stellt deshalb für die meisten Patientinnen im Aufklärungsgespräch eine der wichtigsten und drängendsten Fragen dar. Viele Ärzte würden diese Frage auf jeden Fall bejahen – für sie gilt es als unvermeidbare Tatsache, dass durch eine Brustvergrößerung Schmerzen entstehen. Schließlich durchtrennen Chirurgen bei dem Eingriff Gewebe, das sich danach erst regenerieren muss. Um die Beschwerden zu lindern, werden in den meisten Fällen lediglich lokale Betäubungsmittel in den betroffenen Muskel injiziert oder in die Implantat-tasche gegeben. Auch starke Schmerzmittel kommen nach einer Brustvergrößerung regelmäßig zum Einsatz. Es wird also lediglich geschaut, wie sich die entstandenen Beschwerden nachträglich lindern lassen, jedoch nicht, wie sich verhindern lässt, dass sie überhaupt entstehen. Dabei sind heute durchaus Strategien bekannt, mit denen sich operative Eingriffe schmerzfreier umsetzen lassen. Basierend auf der sogenannten Rapid-Recovery-Methode, die bisher vor allem bei Operationen an Hüft- oder Kniegelenken Anwendung findet, wurde beispielsweise die DeBreast-Methode entwickelt, die für eine nahezu schmerzfreie Brustvergrößerung und eine schnellere Genesung sorgt. Dabei spielen verschiedene Faktoren wie die richtige OP-Technik, die verwendeten Instrumente, der Verzicht auf Drainagen und auch die ausführliche Aufklärung der zu behandelnden Frauen eine wichtige Rolle. Patientinnen verspüren nach dem Eingriff nicht nur weniger Schmerzen, sie können normale Alltagstätigkeiten oftmals nach 24 Stunden problemlos ausführen – insbesondere junge Mütter profitieren von dieser Behandlungsmethode, da sie ihre Kinder schnell wieder auf dem Arm tragen können.

## Ablauf des Eingriffs

Insbesondere die richtige Durchführung der Behandlungsschritte wirkt sich positiv auf das spätere Schmerzempfinden aus. In der Regel dauert ein DeBreast-Eingriff ein bis zwei Stunden und findet unter Vollnarkose statt. Dabei spielt es grundsätzlich keine Rolle, ob das Implantat über oder unter dem Muskel platziert wird. Viel wichtiger ist hingegen, dass tatsächlich gewebeschonend operiert wird. Dies gelingt, indem die anatomischen Schichten definiert und respektiert werden. Ein stumpfes Operieren unterbleibt völlig und der gesamte Eingriff verläuft mit äußerster Sorgfalt. Weiterhin muss die Zero-Bleeding-Strategie eingehalten werden, die ein steriles Operationsfeld voraussetzt. Dazu gehört unter anderem die sogenannte No-Touch-Technik, bei der ein Keller-Funnel verwendet wird: Hierbei platziert der Chirurg das Implantat nicht per Hand durch den Hautschnitt in die Implantat-tasche, sondern drückt es sanft durch eine Art Trichter – ähnlich einer Spritz-tülle zum Verzieren von Torten. Dieses Vorgehen schont sowohl das Implantat als auch das umliegende Gewebe, denn schon ein kleiner Schnitt von drei bis fünf Zentimetern reicht aus, um das Implantat zuverlässig zu positionieren. Die Methode verhindert sowohl, dass Verunreinigungen von außen in die Implantat-tasche gelangen, als auch den direkten Kontakt zwischen Implantat und Haut. Da sich trotz chirurgischer Hautdesinfektion immer Keime auf der Haut befinden, reduziert diese Technik das Risiko einer späteren Kapsel-fibrose erheblich. So werden Blutergüsse im Gewebe verhindert und Drainagen vermieden. Die No-Touch-Technik zieht sich durch den gesamten Eingriff, denn zusätzlich achtet der Operateur darauf, dass die Rippen während der



Operation weder mit Instrumenten noch mit Händen traumatisiert werden. In dem Bereich rund um die empfindliche Rippenhaut liegen besonders viele Nerven und Gefäße – aus diesem Grund sorgen auch Rippenprellungen oftmals langfristig für Beschwerden. Nach Brustvergrößerungen lassen sich die meisten Schmerzen oftmals auf die Reizung dieser sensiblen Körperpartie zurückführen. Durch ein sanftes Vorgehen und die No-Touch-Technik kann deshalb ein Großteil der Schmerzen vermieden werden. Bei der DeBreast-Methode werden zusätzlich spezielle Pinzetten verwendet, die Gewebe durchtrennen und gleichzeitig Blutgefäße verschließen können. Dadurch lässt sich die Operation nicht nur schneller durchführen, auch Blutergüsse im umliegenden Gewebe werden vermieden. Dieses blutungsarme Vorgehen ist enorm wichtig, da die Blutergüsse im Gewebe später wieder vom Körper abgebaut werden müssen – dabei kommt es zu einem Entzündungsvorgang, der wiederum für Beschwerden sorgt. Eine stumpfe Präparation, beispielsweise das Formen der Implantat Tasche mit den Fingern, sollte daher unbedingt vermieden werden, da hierbei Blutgefäße durchtrennt werden und Blutergüsse entstehen.

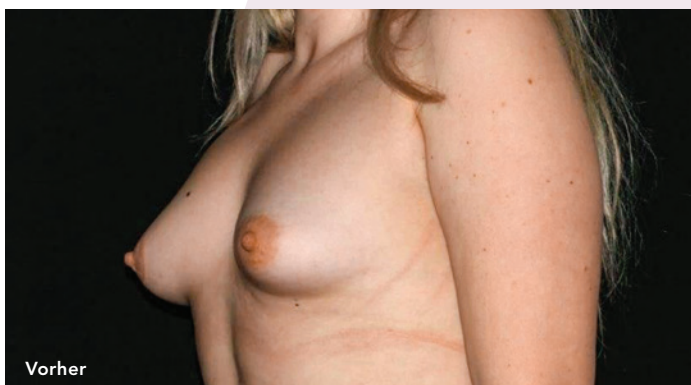
## Nein zu Drainagen

Ein weiterer Faktor, der sich positiv auf das Schmerzempfinden und die Regeneration der Patientinnen auswirkt, ist der Verzicht auf Drainagen. Die Verwendung von Drainagen nach Brustoperationen stellt in Deutschland noch immer ein leidiges Diskussionsthema dar. In den USA hat sich inzwischen weitestgehend durchgesetzt, dass sie bei Brustvergrößerungen nicht mehr zum Einsatz kommen. Leider zählen sie in Deutschland vielerorts noch zum Standardvorgehen. Dabei bieten Drainagen keinen Schutz vor einer Nachblutung oder reduzieren andere Risiken nach der OP. Stattdessen stellen sie sogar eine potenzielle Nachblutungsquelle dar. Der Grund dafür: Blutgefäße und Nerven können verletzt werden, beispielsweise wenn die Schläuche mittels scharfer Spieße durch das Gewebe von innen nach außen geleitet werden. Des Weiteren sehen viele Experten Drainagen inzwischen kritisch, weil die Schläuche das Eindringen von Bakterien in den Körper ermöglichen – das Infektionsrisiko nach dem Eingriff also steigt. Oftmals ist das Entfernen für Patientinnen zudem mit Angst besetzt, da es von vielen als sehr schmerzhaft empfunden wird. Auch eine psychologische Komponente hemmt die Rege-

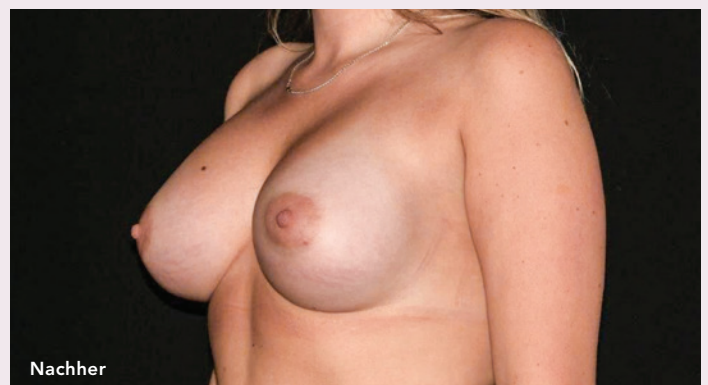
neration: Durch die Schläuche, die aus dem Körper heraus schauen, fühlen sich viele Frauen nach dem Eingriff kränker als sie eigentlich sind. Das Vakuum auf den an den Schläuchen angebrachten Flaschen zieht außerdem permanent Wundwasser aus der Brust, das durch das enthaltene Blut auch noch eine rötliche Färbung aufweist – dies bereitet vielen zusätzlich Angst. Kommen hingegen keine Drainagen zum Einsatz, baut der Körper die Gewebeflüssigkeit einfach von selbst wieder ab. Warum also Drainagen verwenden, wenn sie keinen Mehrwert bieten, Patientinnen verunsichern und ihnen beim Entfernen unnötige Schmerzen zufügen? Die DeBreast-Methode verzichtet deshalb komplett darauf. Dies minimiert das Risiko, dass Bakterien in die Wunde eindringen, und ist komfortabler. Patientinnen verfügen direkt nach dem Eingriff über mehr Mobilität und genesen schneller. Auch sehr eng sitzende Kompressions-BHs in Kombination mit einem Stuttgarter Brustgürtel über der oberen Brusthälfte sind nach dem Eingriff nicht notwendig. Schließlich formt der Chirurg während der OP die Brust, nicht der BH. Stattdessen kommt nach der Operation ein angepasster und bequem sitzender Büstenhalter zum Einsatz, der die Beweglichkeit der Patientinnen im Gegensatz zu Kompressions-BH und Stuttgarter Gürtel nicht einschränkt.

## Dialog mit Patientinnen

In der Regel lässt sich das individuelle Schmerzempfinden darüber hinaus durch die Erwartungshaltung der Patientinnen beeinflussen. Wer davon ausgeht, dass ihm gar keine Beschwerden bevorstehen, wird eventuell negativ überrascht, wenn er dennoch etwas verspürt. Deshalb ist es besonders wichtig, Frauen vor dem Eingriff die richtige Erwartungshaltung zu vermitteln – nicht nur, was das Ergebnis der Brustvergrößerung betrifft, sondern auch bezogen auf mögliche Schmerzen nach der OP. Aktuell lesen viele Patientinnen vor ihrem Eingriff Erfahrungsberichte im Internet oder informieren sich über YouTube-Videos, wie es anderen Frauen nach der Operation ergangen ist. Dort finden sich die unterschiedlichsten Geschichten, sowohl mit gutem als auch mit schlechtem Ausgang. Solche Erfahrungsberichte lassen sich allerdings nicht verallgemeinern, da jeder Arzt nach unterschiedlichen Methoden arbeitet und die Ausgangssituation bei jeder Patientin individuell ist. Während der eine Arzt schon schmerzfrei operiert, verwendet der andere noch veraltete Behandlungsmethoden. Brustver-



Vorher



Nachher



größerung ist also nicht gleich Brustvergrößerung. Die Aufklärungsarbeit darf deshalb nicht in die Hände von Laien im Internet gelegt werden, auch Ärzte müssen ihre Patientinnen genauestens informieren. Interessentinnen sollten wissen, wie sich die Brust nach der Operation anfühlen wird und welche körperlichen Tätigkeiten sie wann wieder ausführen können. Nach der DeBreast-Methode verspüren sie beispielsweise ein gewisses Spannungsgefühl in der Brust. Dieses wird jedoch für gewöhnlich nicht als schmerzhaft beschrieben und behindert nicht die vollumfängliche Bewegungsfreiheit. In der Regel können sie ihre Arme noch direkt am OP-Tag wieder problemlos über den Kopf heben, wodurch sich die normale Körper- und Haarpflege wie gewohnt durchführen lässt. Unterhalb der Brustfalte am Rippenbogen empfinden manche Frauen einen leichten Druck, den sie mit Muskelkater oder einem blauen Fleck vergleichen. Starke Schmerzen sind nach dem Eingriff nicht normal – wer sie verspürt, sollte seinen Arzt zur Kontrolle aufsuchen.

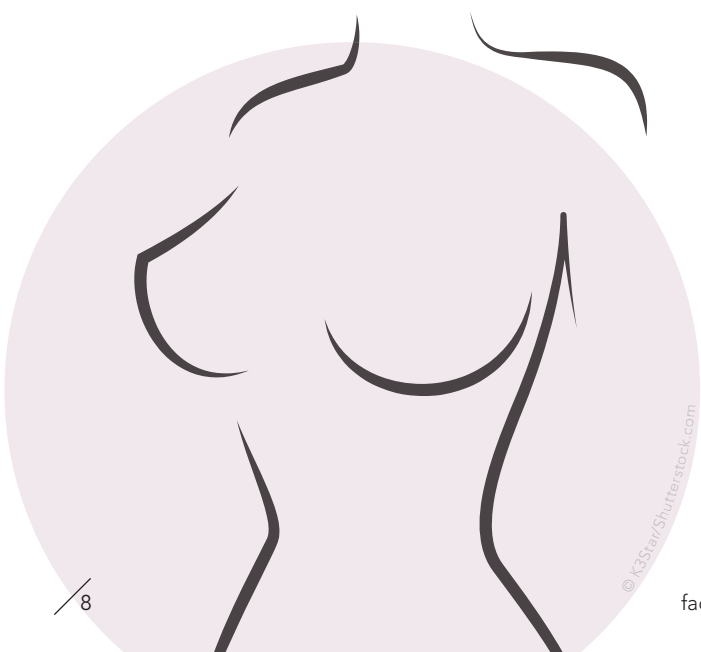
### Nicht zu sehr schonen

Grundsätzlich müssen Patientinnen nach dem Eingriff nicht viele Dinge beachten. Gesellschaftsfähig sind sie in der Regel schon am nächsten Tag. Sie können und sollen ihre Arme zeitnah wieder bewegen und aktiv sein. Wer möchte, kann beispielsweise sogar am Tag nach dem Eingriff schon duschen und sich die Haare waschen, da die kleinen

Schnitte nur mit Pflastern und nicht mit einem Verband abgedeckt werden. Eine Schonhaltung, beispielsweise Schlafen nur in Rückenlage, ist ebenfalls nicht notwendig. Leichtere sportliche Tätigkeiten sind nach zwei Wochen wieder möglich. Lediglich Aktivitäten wie Jogging oder Kraftsport, bei denen starke Erschütterungen auf Brust und Implantat wirken können, sollten noch sechs bis acht Wochen warten. Da sich die Patientinnen nach dem Eingriff schnell wieder fit fühlen, wollen viele etwas früher mit dem Sport beginnen. Dies sollte nach Rücksprache mit dem behandelnden Arzt individuell entschieden werden. Ein Termin zum Fädenziehen ist nicht notwendig, da sie sich aufgrund ihrer Beschaffenheit von selbst auflösen. Kontrolluntersuchungen erfolgen in der Regel nach zehn bis zwölf Tagen, nach sechs Wochen, nach sechs Monaten und nach einem Jahr. Narben fallen aufgrund des kleinen Schnitts in den meisten Fällen sehr fein aus und sind kaum zu sehen.

### Behandlungsmethode mit Zukunft

Eine schmerzarme bis schmerzfreie Brustvergrößerung ist mit der richtigen Vorgehensweise also durchaus möglich. Die DeBreast-Methode setzt sich grundsätzlich aus verschiedenen, wissenschaftlich untersuchten Komponenten zusammen. Damit sich diese in Deutschland noch weiter durchsetzen, muss mehr Aufklärungsarbeit in der Ärzteschaft geleistet werden. Langfristig stellen diese schmerzfreien Vorgehensweisen auf jeden Fall die Zukunft dar, nicht nur bei plastisch-ästhetischen Eingriffen, sondern auch in anderen Fachbereichen. Letztendlich profitieren alle Patientinnen davon, wenn sie nach dem Eingriff wieder schneller ihren alltäglichen Aufgaben nachgehen können und weniger bis gar keine Schmerzen verspüren.



**Dr. med. Robin Deb**  
Gründer der Praxis  
Central Aesthetics by Dr. Deb  
Mainzer Landstraße 65

60329 Frankfurt am Main

Tel.: +49 69 90287113

mail@central-aesthetics.de

www.schoenheitschirurgie-ffm.de/

Dr. R. Deb





TEOXANE



OUTLINE  
YOUR  
CONTOUR

**ULTRA DEEP – RHA® 4**

THE EXCELLENCE OF SWISS SCIENCE

**JAWLINE UND KINN**

2 FILLER FÜR PROJEKTION & MODELLIERBARES VOLUMEN

RHA® 4 = TEOSYAL RHA® 4 ULTRA DEEP = TEOSYAL® PureSense ULTRA DEEP TEOSYAL® PureSense ULTRA DEEP und TEOSYAL RHA® 4 sind Handelsmarken von TEOXANE SA. Bei diesen Produkten handelt es sich um Gele, die Hyaluronsäure und 0,3 Gewichtsprozent Lidocainhydrochlorid enthalten (das Lokalanästhetikum kann bei Dopingtests eine positive Reaktion hervorrufen). Bei bekannter Überempfindlichkeit gegen Lidocain und/oder Amid-Lokalanästhetika empfehlen wir, Lidocainhaltige Produkte nicht zu verwenden und auf Produkte ohne Lidocain zurückzugreifen. TEOSYAL® PureSense ULTRA DEEP ist auch ohne Lidocain erhältlich. TEOSYAL® PureSense ULTRA DEEP und TEOSYAL RHA® 4 sind Medizinprodukte der Klasse III und regulierte Gesundheitsprodukte mit CE-Kennzeichnung (CE2797) im Rahmen dieser Verordnung. Nur für den professionellen Gebrauch. Bitte lesen Sie dazu die Gebrauchsanweisungen. Bitte informieren Sie den Hersteller TEOXANE so schnell wie möglich über jegliche Nebenwirkungen oder Beschwerden unter der folgenden E-Mail-Adresse: [medical@teoxane.com](mailto:medical@teoxane.com).