



www.Dessous-Diary.de von Lea Becker

Brüste nach Wunsch: Experten-Interview mit Dr. Simone Hellmann



Schöne, pralle und wohlgeformte Brüste sind für viele Frauen ein Garant für Selbstbewusstsein und Attraktivität. Immer mehr junge Frauen lassen sich ihre Brüste vergrößern, um sich in ihrer Haut wohler und weiblicher zu fühlen, aber auch, um auf

Männer anziehend zu wirken. Doch wie bei jeder Operation gibt es auch bei der Brustvergrößerung Risiken. Dessous Diary sprach mit der Fachärztin für Plastische Chirurgie und Ästhetische Chirurgie Dr. Simone Hellmann aus Köln über aktuelle Schönheitsideale, Verschönerungsmöglichkeiten der Brüste und deren Risiken und Nebenwirkungen.

Frau Dr. Hellmann, was glauben Sie ist der Grund dafür, dass sich so viele Frauen die Brüste vergrößern lassen wollen?

Die Brust ist ein Sinnbild der Weiblichkeit und hat im Laufe der Zeit viele unterschiedliche Bewertungen erfahren. Früher bezog sich ihre Wertschätzung mehr auf die Frau als Mutter und die Brust als die „Nahrungsquelle“ für den Nachwuchs, heute ist sie für viele Männer und Frauen – auch durch den großen Druck der Medien – zu einem Schönheitsideal avanciert. Für viele Frauen, die in meine H-Praxis mit der Frage nach einer Brustvergrößerung kommen, hängt das Gefühl von attraktiver Weiblichkeit, ihr Selbstbewusstsein und ihre Lebensfreude in großem Maße davon ab, eine schön geformte Brust zu haben. Eine fachärztlich durchgeführte Brustvergrößerung kann bei den Patientinnen zu einem höheren Selbstwertgefühl und einer verbesserten Körperwahrnehmung führen, zumal die modernen Techniken der Brustvergrößerung heutzutage kaum sichtbare Narben hinterlassen

und die Implantate führender Hersteller eine hohe Sicherheit aufweisen.

Welche Körbchengröße ist momentan die beliebteste?

In der Wahrnehmung der Mehrzahl der Frauen ist der derzeitige westeuropäische „Ideal-Busen“ apfelförmig und hat Körbchengröße 75B mit der Tendenz zu C.

Wie läuft eine gute Beratung im Vorfeld einer eventuellen OP ab?



Patientinnen, die sich für eine Brustvergrößerung durch mich interessieren, erhalten vor ihrem eigentlichen Beratungstermin bereits ein Informationspaket zur

ersten Übersicht über das Thema. Beim Beratungsgespräch in der Praxis erfolgen dann zunächst eine genaue Anamnese und eine in ruhigem Umfeld durchgeführte Untersuchung der individuellen Gegebenheiten der Patientin. Dadurch kann ich aufgrund meiner Erfahrung eine Einschätzung der OP-Möglichkeiten geben. Dies wird durch die Demonstration von Vorher/Nachher-Bildern von mir operierter Patientinnen unterstützt. Ich gehe mit der Patientin alle Aspekte der Operation sowie der Vor- und Nachbehandlung persönlich in einem ca. einstündigen ersten Gespräch durch. Entscheidet sich die Patientin für einen Eingriff durch mich, legen wir in einem weiteren ca. einstündigen Termin konkret die Implantatgröße und -form gemeinsam fest und besprechen erneut den gesamten Ablauf inklusive aller noch verbliebenen Fragen.

Oft sehen gemachte Brüste sehr unnatürlich aus – sie stehen so starr vom Körper ab. Woran liegt das?

Nach meiner Auffassung sieht eine operierte Brust immer dann unnatürlich aus, wenn eine OP-Technik oder ein Implantat verwendet wurde, dass zur Anatomie der Patientin überhaupt nicht passt. Ich erlebe nicht selten, dass zum Beratungsgespräch Bilder des „Ideal-Busens“ mitgebracht werden und völlig außer Acht gelassen wird, dass alle Zeitschriftenfotos heute retuschiert sind. Oder aber die



Patientinnen äußern den Wunsch nach einer ähnlichen Brustgröße und Form, die eine Freundin mit völlig anderer Anatomie hat. Hier sehe ich die größte Herausforderung meiner Arbeit: Patientinnen, die mit unerfüllbaren Vorstellungen oder

Wünschen kommen, beratend so zur Seite zu stehen, dass sie ein Verständnis für ihre eigenen anatomischen Gegebenheiten entwickeln und wir gemeinsam zu einem natürlichen OP-Ergebnis kommen.

Speziell für Frauen mit kleinen Brüsten kreierte: Die Lingerie des französischen Labels Ysé über www.yse-lingerie.com

Welche Silikonimplantate gibt es zur Zeit?

Prinzipiell gibt es Silikongel – und Kochsalzimplantate. Heute ist die Verwendung von Silikongelimplantaten mit texturierter Oberfläche der allgemeine Standard bei der Brustvergrößerung und mehr als 95 % der Brustimplantate, die in europäischen Ländern zum Einsatz kommen, sind mit Silikongel gefüllt. Diese Implantate bestehen aus einer äußeren Silikonhülle und das Implantat selbst ist entweder mit Silikongel oder mit einer Kochsalzlösung gefüllt. Die Auswahl der Implantatfüllung hat einen direkten Einfluss darauf, wie die Brüste nach dem Eingriff aussehen und wie sie sich anfühlen. Dies unterscheidet sich durchaus bei den einzelnen Herstellern. Brustimplantate sind sowohl in runden als auch in anatomischen Formen erhältlich und bieten in unterschiedlicher Weise ästhetische Vorteile.

Sind Innovationen zu erwarten?

Eine weiterzuentwickelnde Innovation wird in Zukunft sicher die Brustvergrößerung mit Eigen-Fett sein. Hierbei wird von einer anderen Stelle des Körpers Fett abgesaugt und in die Brust zur Vergrößerung eingebracht. Dies erfordert meist zwei oder mehr Sitzungen im OP, da erst dann in der Regel die gewünschte Größe erreicht wird. Hier fehlen allerdings noch valide Studien zur Sicherheit des Verfahrens und zu Langzeitergebnissen, so dass man den Eigenfettaufbau der Brust zur Zeit noch nicht als Standardverfahren bezeichnen kann.

Wenn sich eine Frau für eine Schönheits-OP entscheidet: Welche Kosten kommen auf sie zu?

Die Kosten setzen sich aus verschiedenen Aspekten zusammen: OP-Honorar + Mehrwertsteuer, Implantatpreis, Kosten für Anästhesie + Mehrwertsteuer und Übernachtung in der Klinik sowie für den Spezial-BH. Je nach Qualität und Sicherheit der ärztlichen Leistungen und der verwendeten Implantate können sich die Kosten einzelner Anbieter unterscheiden. Nach meiner Auffassung sollte hier nicht die Frage des Preises im Vordergrund stehen, sondern des Wertes, den ich durch die Investition in meine neue Brust erhalte. Dazu gehört auch, sicher sein zu können, dass der eigene Operateur im Falle von Komplikationen erreichbar ist und in der Lage, diese zu lösen.

Was sagen Sie zu den Risiken?

Ich halte es prinzipiell für sehr wichtig, im Vorfeld alle möglichen Risiken mit meinen Patientinnen zu besprechen. Auch bei Einhaltung allergrößter Sorgfalt sind Komplikationen nach einer Brustvergrößerung möglich, auf die unterschiedlich schnell reagiert werden muss. Es gibt beispielsweise die Möglichkeit einer Blutung bzw. Nachblutung, Durchblutungs-, Wundheilungs- und Sensibilitätsstörungen insbesondere der Brustwarze, eine mögliche spätere Stillunfähigkeit, Tast – und Sichtbarkeit des Implantates, Asymmetrien, die sogenannte Kapselbildung oder störende Narben. Anfang der 90er-Jahre wurde die Sicherheit von Silikongel-Implantaten insbesondere in den

USA angezweifelt, da einige Frauen über Symptome wie bei Erkrankungen des Immunsystems nach Implantation von Silikon-Implantaten klagten. Viele daraufhin in den USA angelegte wissenschaftliche Studien haben mittlerweile nachweisen können, dass es keine medizinischen Bedenken gegen das Einbringen von Silikon-Implantaten gibt. In Einzelfällen ist eine Unverträglichkeit jedoch nicht auszuschließen. Insgesamt gesehen ist eine fachgerecht durchgeführte Brustvergrößerung jedoch eine komplikationsarme Operationsmethode mit einem hohen Grad an Sicherheit.

Gibt es bei Brust-OPs so etwas wie eine Nachsorge?

Selbstverständlich sollte eine gute Patientenbetreuung nicht mit der Naht auf dem OP-Tisch enden. In meiner H-Praxis ist es üblich, dass ich die Patientinnen nach 14 Tagen zur Wundkontrolle persönlich sehe und sich weitere Kontrollen nach 6 Wochen, 3 Monaten, 6 Monaten und 1 Jahr anschließen. Weiterhin sollte der angelegte Spezial-BH für die Dauer von 6 Wochen getragen werden und eine intensive Narbenpflege, bei der wir den Patientinnen beratend zu Seite stehen, erfolgen.

Manche Frauen wünschen sich – z. B. nach dem Stillen – eine straffere Brust, sind aber mit der eigentlichen Größe zufrieden. Welche chirurgischen Methoden gibt es, um die Brust zu straffen?

Eine Bruststraffung ohne Vergrößerung stellt ausschließlich durch körpereigenes Gewebe wieder eine schönere Brustform und ein volleres Dekolleté her. Hier empfiehlt sich jedoch eine sehr genaue Analyse der Patientenanatomie durch einen erfahrenen Facharzt vor der Operation, damit das gewünschte OP-Ergebnis vor allem für einen langen Zeitraum erzielt werden kann. Die Narben können je nach notwendiger und angewandeter Technik ausschließlich um die Brustwarze herum, um die Brustwarze und senkrecht nach unten (I-Schnitt) verlaufen oder selten um die Brustwarze herum sowie senkrecht nach unten und weiter umgekehrt T-förmig in der Unterbrustfalte (T-Schnitt). Wenn irgend möglich, verzichten wir auf lange Narben in dem Bereich der Brustumschlagfalte

und wenden die Operationstechnik mit sogenanntem „inneren BH“ an, so dass es zu einer lang anhaltenden Fülle ohne Implantat kommt.

Was empfehlen Sie Frauen, die sich nicht unters Messer legen wollen, aber dennoch etwas für eine straffe und pralle Brust tun möchten?

In erster Linie ist auch in diesem Fall besonders wichtig, dass sich die Frau über ihre anatomischen Gegebenheiten bewusst ist. Ohne einen Eingriff wird niemand aus einer erschlafften Brust beispielsweise eine feste Brust machen können. Aber selbstverständlich kann man durch regelmäßigen Sport und Brustmuskel-stärkende Übungen das Gewebe

fit halten. Ich empfehle, stets einen



unterstützenden BH bei sportlichen Aktivitäten zu tragen. Auch Wechselduschen sind von jeher hilfreich und natürlich sollte man die zarte und dünne Haut an Dekolleté und Brust mit einer speziellen, straffenden Pflege versorgen.

Wer mit großen und dadurch schweren Brüsten gesundheitliche Probleme hat, kann die Brüste verkleinern lassen.

Was ist, wenn eine Frau besonders große und schwere Brüste hat – das führt ja oft zu Haltungsschäden und dann zu Rückenschmerzen bis zu Migräne. Wann raten sie zu einer Verkleinerung der Brüste?

Durch Erbanlagen oder ein Hormonungleichgewicht können sich große Brüste ausbilden. Dieses Problem ist meist weder mit Medikamenten noch durch diätetische Maßnahmen zu lösen. Wenn das Gewicht einer zu großen Brust zu einer schlechten Körperhaltung, Beschwerden im Halswirbelsäulenbereich und psychischen

Problemen führt, rate ich zu einer Brustverkleinerung. Ich führe eine solche Operation allerdings erst nach Abschluss der Brustentwicklung durch, konkret bedeutet dies, nach Erlangung der Volljährigkeit, auch wenn bereits vorher in der Pubertät der Leidensdruck verständlicherweise groß ist. Trotzdem sollte man diesen Sicherheitsstandard einhalten, um der Patientin keinen Schaden zuzufügen. Prinzipiell wird bei einer Brustverkleinerung der Drüsen- und Fettanteil der Brust verkleinert, gegebenenfalls neu geformt, überschüssige Haut entfernt, der Brustwarzenhof verkleinert und in seine neue Position angehoben. Hierbei wende ich am häufigsten die Bruststraffungstechnik der kanadischen plastischen Chirurgin Dr. Elizabeth Hall-Findlay an, von der ich die Technik persönlich erlernt habe. Diese zeichnet sich durch eine besonders schonende Präparation, hohe Sicherheit für die Durchblutung und Sensibilität der Brustwarze und eine natürliche Form aus.

Was denken Sie: Wie wird sich das Schönheitsideal und Körperbewusstsein der Frauen in den kommenden zehn Jahren verändern? Laut Studien sollen die Deutschen ja immer dicker werden... das wirkt sich auch auf die Oberweite aus.

Wie wir wissen, hat jedes Jahrzehnt seine eigenen Schönheitsideale und der Wandel dieser Ideale unterliegt einer Menge von äußeren Einflüssen. Ich glaube, in den nächsten Jahren wird es ein Umdenken in puncto Wertschätzung des eigenen Körpers und der Gesundheit geben. Wir werden nicht mehr radikal unseren Körper optimieren lassen, nur um das Machbare auszuloten, sondern mit sanften Methoden die eigene Schönheit zu erhalten versuchen. Hierzu dienen uns auch der stetige Fortschritt der medizinischen sowie operativen Möglichkeiten und die Optimierung vieler Präparate in der Ästhetik. Die Prävention steht für mich dabei im Vordergrund, man kann nicht erst anfangen, das Rad zurück drehen zu wollen, wenn es eigentlich zu spät ist. Ich hoffe, dass sich dies auch auf das Bewusstsein eines gesunden Körpers auswirkt und das fortschreitende Übergewicht der Deutschen aufgehalten werden kann, denn die Spirale in eine Vielzahl von Krankheiten, die dies nach sich zieht, ist erschreckend. Der Trend liegt für mich im Thema Fitness, Gesundheit und

kontinuierlichen, sanften sowie sicheren Methoden der Verschönerung.

Dr. med. Simone Hellmann
Plastische & Ästhetische Chirurgie
Mittelstraße 27, 50672 Köln
www.h-praxis.de
kontakt@h-praxis.de
Fon +49.221.1681 1950