

# Oberschenkelstraffung



Mit zunehmendem Alter kommt es mitunter zu nachlassender Elastizität der Haut. Das Erschlaffen der Haut äußert sich insbesondere an den Oberschenkelinnenseiten durch Bildung horizontaler Falten sowie gegebenenfalls auch Furchen und Dellen. Dies kann bei Betroffenen zu seelischen Belastungen führen. Unter Umständen führt die Unzufriedenheit mit dem eigenen Äußeren so weit, dass Betroffene sich beispielsweise nicht mehr im Bikini zeigen wollen oder sogar Scham gegenüber dem eigenen Partner empfinden. Fachärzte für Plastische und Ästhetische Chirurgie können Betroffenen mit einer operativen Oberschenkelstraffung helfen.

Hängendes Haut- und Fettgewebe stellt keine Gesundheitsgefährdung dar, kann das körperliche Wohlbefinden jedoch erheblich beeinträchtigen. Mit den Möglichkeiten der modernen Oberschenkelstraffung kann der Ästhetisch-Plastische Chirurg störende Haut- und Gewebeüberschüsse entfernen und damit den Oberschenkeln zu einem jugendlicheren Erscheinungsbild verhelfen. Nicht selten wird eine Straffungsoperation mit der Entfernung kleinerer Mengen überschüssigen Fettgewebes verbunden. Durch die Operation entstehen jedoch auch Narben, über deren Verlauf und mögliche Erscheinung vor der OP aufgeklärt werden muss.

- **Diagnose und Indikation**
- **Vor der Behandlung**
- **Behandlungsmethode**
- **Narkose, Eingriffsdauer und stationärer Aufenthalt**
- **Erholungsphase und Nachbehandlung**
- **Mögliche Komplikationen**
- **Kostenrahmen**
- **DGÄPC-Beratungshilfe Oberschenkelstraffung**



## ■ Diagnose und Indikation

Mit dem Alter oder nach erheblicher Gewichtsabnahme verliert die Haut an Elastizität und das Gewebe an Festigkeit, worunter insbesondere Frauen zu leiden haben. Dies betrifft neben den Oberarmen vor allem die Oberschenkel. Hier kann es auch bei jüngeren Frauen zum Erschlaffen der Beincontur kommen. Viele empfinden dies als unattraktiv. Das Problem kann weder durch Sport oder Gymnastik, noch durch Massagen oder Diäten behoben werden, da sich die einmal erschlaffte Haut nicht mehr in ihren ursprünglichen Zustand zurück zieht. Die Ästhetisch-Plastische Chirurgie bietet Betroffenen die Möglichkeit einer operativen Oberschenkelstraffung, um die hängenden Hautpartien effektiv zu behandeln.

Ziel der Oberschenkelstraffung ist es, überschüssige Haut mit dem darunter liegenden Fettgewebe zu entfernen und die Oberschenkel wieder in die gewünschte Form zu bringen. Bei starker Einlagerung von Fettgewebe kann die Straffung auch mit einer Fettabsaugung kombiniert werden. Eine Straffungsoperation ist jedoch kein Ersatz für diätische Maßnahmen. Im Gegenteil: Je weniger Fett sich in den zu behandelnden Bereichen befindet, desto sicherer ist der Erfolg des Eingriffs

## ■ Vor der Behandlung

Im Beratungsgespräch bespricht der behandelnde Facharzt mit dem Patient ausführlich sowohl seine Wünsche als auch etwaige Bedenken oder Fragen. Es ist ratsam, dass sich interessierte Patienten bereits im Vorfeld so weit wie möglich mit dem Eingriff vertraut machen. Oft hilft es, offene Fragen zu notieren, um diese im Gespräch nicht zu vergessen. Ferner sollte sich der Betroffene im Rahmen der Voruntersuchung auch über die Kosten seines gewünschten Eingriffs informieren. Die DGÄPC-Beratungshilfe zur Oberschenkelstraffung bietet einen guten Überblick über die wichtigsten Punkte, die vor einem solchen Eingriff zwischen Arzt und Patient besprochen werden sollten – von der Diagnose über Vor- und Nachbehandlungen bis hin zu Risiken und Kosten des Eingriffs.

Je nach gewählter OP-Methode, Umfang und Narkoseform fallen unterschiedliche vorbereitende Maßnahmen an. Gerade mit gründlicher Vor- und Nachsorge können mit der Oberschenkelstraffung kosmetisch gute und dauerhafte Ergebnisse erzielt werden. Vor der Behandlung sollte (in Abstimmung mit dem Arzt) auf blutverdünnende Medikamente (z. B. Aspirin) und Nikotingenuss verzichtet werden, um den Blutdruck dadurch nicht zu erhöhen. Das Rauchen sollte zwei Wochen vor und zwei Wochen nach dem Eingriff strikt unterlassen werden, um die Wundheilung nicht zu beeinträchtigen. Nach der Operation rechnet man mit einer Zeit von ein bis drei Wochen für die Heilung.

## ■ Behandlungsmethode

Für die Konturierung der Oberschenkel stehen dem Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie, je nach individuellem Befund, verschiedene Techniken zur Verfügung.

Der Chirurg setzt einen Schnitt von der Leistengegend über die Dammregion bis zur Gesäßfalte. Anschließend löst er die Haut unter Schonung von Blutgefäßen und Nerven in Richtung der Knie vom



darunter liegenden Gewebe. Je nach Ausprägung kann es notwendig sein, den Schnitt dreieckförmig bis hin zur Mitte der Oberschenkelinnenseite zu ziehen. Ist auch die Rückseite der Oberschenkel stark betroffen, müssen Patienten mit einer bleibenden Y-förmigen Narbe rechnen. Bei weniger stark ausgeprägter Hauterschaffung ist die Straffung aber mittels eines halbmondförmigen, horizontalen Schnitts möglich.

Abschließend werden in den tiefen Gewebsschichten Nähte gelegt, die den Hautlappen fest verankern. Vor dem Vernähen der Wunde legt der behandelnde Arzt gegebenenfalls eine Drainage, um Blut und Wundflüssigkeit abzuleiten.

## Narkose, Eingriffsdauer und stationärer Aufenthalt

Die Oberschenkelstraffung erfolgt in der Regel unter Vollnarkose. Die Behandlungsdauer beträgt circa zwei Stunden, je nach Größe der betroffenen Körperpartien.

Eine Oberschenkelstraffung wird in der Regel stationär oder tagesstationär durchgeführt. Da die Beweglichkeit stark eingeschränkt ist, empfiehlt sich im Anschluss an die Operation das Einhalten der Bettruhe für zwei bis vier Tage.

## Erholungsphase und Nachbehandlung

Sofern kein selbst auflösendes Nahtmaterial verwendet wird, werden nach zehn bis vierzehn Tagen die Fäden gezogen. Bis zu diesem Zeitpunkt müssen in der Regel Kompressionsstrümpfe, -hosen oder –verbände getragen werden. Diese mindern Schwellungen und Schmerzen und begünstigen die Heilung nach der Entfernung von überschüssigem Haut- bzw. Fettgewebe.

Die bei der Oberschenkelstraffung entstehende Narbe verläuft in der Regel horizontal am oberen Ende der inneren Oberschenkelseite. Unter Umständen sind längere Schnitte und damit Narben notwendig, die bei leichter Garderobe sichtbar sind. Etwa ein Jahr nach der Operation sind die Narben im günstigsten Fall so weit verblasst, dass sie nicht mehr auf Anhieb auffallen.

Berufliche Tätigkeiten können, abhängig von ihrer Art und Intensität, nach etwa drei bis vier Wochen wieder aufgenommen werden. Auf körperliche Anstrengungen wie Sport sollte für sechs bis acht Wochen verzichtet werden.

Da die Haut und das Gewebe durch den operativen Eingriff gestrafft, aber in der Qualität nicht verändert werden kann, ist nicht auszuschließen, dass es im Laufe der Zeit wieder zu einer Erschlaffung kommt. Eine erneute Oberschenkelstraffung ist dann möglich. In der Regel hält der Effekt einer Straffungsoperation aber sehr lange an und der Eingriff muss nicht wiederholt werden.



## ■ Mögliche Komplikationen

Oberschenkelstraffungen sind medizinische Eingriffe mit allen damit verbundenen Risiken. Neben den üblichen Komplikationen nach einer Operation kann es bei einer Oberarmstraffung zu Nachblutungen oder Infektionen kommen und im Bereich der Narbe auch zu einem leichten Lymphstau. Hier helfen manuelle Lymphdrainagen. Die üblicherweise feine Narbe an der Oberschenkelinnenseite kann in Einzelfällen auch auffällig bleiben. Auffällige Narben nach gestörter Wundheilung können meistens durch kleine Korrekturoperationen in örtlicher Betäubung verbessert werden.

## ■ Kostenrahmen

Die Kosten für eine Oberschenkelstraffung variieren, je nach dem Umfang der Behandlung und den möglichen ergänzenden Maßnahmen. Durchschnittlich belaufen sich die Kosten für eine Oberschenkelstraffung auf rund 5000 Euro. Da der Eingriff meist aus ästhetischen und nicht medizinischen Gründen vorgenommen wird, müssen Patienten die Kosten in der Regel selbst tragen. Liegen medizinische Gründe für den Eingriff vor, so ist eine Teilerstattung der Kosten durch die Krankenkasse möglich, beispielsweise bei chronischen Hautentzündungen, die durch starken Hautüberschuss entstehen. Dies sollte in jedem Fall aber vor dem Eingriff mit der Krankenkasse abgeklärt werden.

## ■ DGÄPC-Beratungshilfe Oberschenkelstraffung

Unter [www.dgaepc.de](http://www.dgaepc.de) stellen wir Ihnen kostenlos eine speziell auf die Oberschenkelstraffung abgestimmte Beratungshilfe zur Verfügung. Diese können Sie als Orientierung für das Gespräch mit Ihrem behandelnden Arzt und bei der Vorbereitung auf die Operation nutzen. Die DGÄPC-Beratungshilfen enthalten stichpunktartig alle Besonderheiten, die Sie im Zusammenhang mit dem geplanten Eingriff beachten sollten: von der Anamnese über die eigentliche Behandlung bis hin zu Risiken und Alternativen.