

# Bodylift



Eine straffe Körpersilhouette stellt sowohl für die Frau als auch für den Mann ein typisches Schönheitsideal dar. Nach jahrelangem Kampf gegen die Kilos und einer erfolgreichen Gewichtsabnahme folgt für Viele die Ernüchterung: Es bleibt ein Hautmantel an Bauch, Gesäß und nicht zuletzt an den Oberschenkeln zurück, der sich trotz gezielter Gymnastik oft nicht zurückbildet. Dieser wird von vielen Betroffenen als unästhetisch und störend empfunden. In solchen Fällen kann ein Bodylift – also eine Körperstraffung – helfen.

- **Diagnose und Indikation**
- **Vor der OP**
- **OP-Methoden**
- **Narkose, OP-Dauer und stationärer Aufenthalt**
- **Erholungsphase und Nachbehandlung**
- **Mögliche Komplikationen**
- **Kostenrahmen**
- **DGÄPC-Beratungshilfe Bodylift**



## ■ Diagnose und Indikation

Ein Bodylift wird dann als sinnvoll angesehen, wenn sich in Folge einer extremen Gewichtsabnahme ein übermäßiger Hautüberschuss im Bauch-, Gesäß-, Hüft- und Schenkelbereich bildet. Wenn dieser sich trotz entsprechender gymnastischer Maßnahmen nicht beheben lässt, kann eine Operation durchaus in Betracht gezogen werden. Diese Hautlappen werden nicht nur als unästhetisch empfunden und sind für Betroffene sehr belastend, es kann auch zu Hautirritationen, -infektionen oder Geschwüren führen. Oft gehen mit den physischen Beschwerden viel größere psychische Leiden einher. Hier kann eine Körperstraffung dem Patienten zu einem verbesserten Selbstwertgefühl und damit zu einem sorgloseren Alltag verhelfen. Das Bodylift beseitigt die überschüssige Haut, die sich nach einer entsprechenden Überdehnung nicht mehr zurückbilden kann. Eine Fettabsaugung würde das Problem nicht beheben, da die Haut und nicht etwa bestehende Fettdepots Ursache des Problems ist. Vor einem Bodylift ist eine angemessene Gewichtsabnahme, vor allem aber ein über mehrere Monate konstant gehaltenes Gewicht erforderlich.

Beim Bodylift wird durch eine Operation die Haut an Bauch, Gesäß, Hüfte und Oberschenkeln gestrafft. Hierbei wird auch das darunter liegende Gewebe und damit gleichzeitig die Körpersilhouette neu geformt. Bei einem solchen Eingriff wird der Schnitt einmal zirkulär auf Gürtelhöhe um den Körper herum gelegt und kann somit von der Unterhose oder der Badehose bedeckt werden. Bei Bedarf kann die Operation auch in zwei Sitzungen durchgeführt werden. Die Aufteilung in zwei Sitzungen hat den Vorteil, dass die jeweiligen operativen und postoperativen Belastungen für den Patienten geringer ausfallen. Der Nachteil besteht aber darin, dass zweimal eine Heilungsperiode einzuplanen ist.

## ■ Vor der OP

Ein Beratungsgespräch zwischen Operateur und Patient ist dazu da, bei dem Betroffenen eine realistische Erwartungshaltung hinsichtlich der möglichen Ergebnisse eines Bodylifts zu wecken. Kein Patient wird durch ein Bodylift wieder schlank werden, aber die lästigen, manchmal sehr belastenden Hautüberschüsse werden nachhaltig und für immer beseitigt. In einem Beratungsgespräch zählt es zudem zu den Aufgaben des behandelnden Arztes, den Patienten über mögliche Risiken und Nebenwirkungen des Eingriffs aufzuklären. Auf Seiten des Patienten stellt eine optimale Vorbereitung auf die Operation einen wichtigen Aspekt dar, um Komplikationen oder Enttäuschungen zu vermeiden. Beispielsweise sollte vor der Operation auf Alkohol oder blutverdünnende Medikamente verzichtet werden. Wer regelmäßig Medikamente einnimmt, muss diesbezüglich unbedingt den Operateur informieren.

## ■ OP-Methoden

Die Bodyliftmethode nach Lockwood – das sogenannte Total Bodylift – erfolgt im Rahmen einer einzigen Operation. Bauch, Po, Hüfte und Oberschenkel werden mit einem Mal einer Straffung unterzogen. So können manche Probleme besser gelöst werden als in Einzelsitzungen. Jedoch geht damit auch eine größere Belastung für den Patienten einher, sowohl während der Operation, als auch danach. Aus diesem Grund sind neue OP-Methoden entwickelt worden, um Risiken und Belastungen für den Patienten so gering wie möglich zu halten. Je nachdem, wie die körperlichen Beschwerden oder der Leidensdruck des Betroffenen ausfallen, kann zunächst die Operation eines etwas kleineren Bereichs erfolgen.



Die verbleibenden Körperregionen werden dann zu einem späteren Zeitpunkt operiert. Wie bei anderen Straffungsoperationen auch, entstehen beim Bodylift relativ große Wundflächen. Um Wundheilungsstörungen und die Bildung von Seromen zu vermeiden, legt der Ästhetisch-Plastische Chirurg am Ende der Operation kleine Drainagen ein, mit denen die entstehende Wundflüssigkeit abgeleitet wird.

## ■ Narkose, OP-Dauer und stationärer Aufenthalt

Für ein Bodylift ist ein stationärer Aufenthalt unerlässlich. Es handelt sich hierbei um eine Operation, die unter Vollnarkose durchgeführt werden muss und bis zu sieben Stunden dauern kann. Daher sollten Patienten mit vier bis acht Tagen Klinikaufenthalt nach der Operation rechnen, bei Heilungsverzögerungen kann dieser auch länger ausfallen.

## ■ Erholungsphase und Nachbehandlung

Wie lange die Erholungsphase andauert, hängt vom einzelnen Patienten ab und ist individuell verschieden. Zwar ist es wichtig, den Körper zu schonen. Zur Thrombosevorbeugung ist allerdings ausreichend Bewegung ebenso von Bedeutung wie Spritzen zur Thromboseprophylaxe. Spannungsgefühle und Wundschmerz sind nach einer solchen Operation normal, treten aber nicht immer auf. Die Schmerzen können dementsprechend behandelt werden. Patienten sollten darauf achten, nur die verordneten Schmerzmittel zu nehmen, da blutverdünnende Arzneimittel wie Aspirin zu Komplikationen führen können. Etwa 48 Stunden nach dem Eingriff werden die Drainagen entfernt, in den darauf folgenden Wochen ist das ständige Tragen eines speziellen Kompressionsmieders unerlässlich. In der Zeit nach der Operation kann ein Taubheitsgefühl an den operierten Stellen entstehen. Wie lange dieses anhält, variiert von Patient zu Patient. Für vier bis sechs Wochen nach der Operation sollte unbedingt auf schwere körperliche Aktivität sowie UV-Einstrahlung durch Sonne oder Solarium im Narbenbereich verzichtet werden.

## ■ Mögliche Komplikationen

Jede Operation birgt Risiken und Nebenwirkungen, so natürlich auch schwerwiegende Eingriffe wie eine Ganzkörperstraffung. Doch dank des technischen und medizinischen Fortschritts sind Gefahren wie die der Thrombose geringer geworden. Schwer zu beeinflussen sind allerdings kleine Asymmetrien im Narbenverlauf und der Kontur. Es können im Operationsgebiet außerdem Nachblutungen entstehen, wobei dann eine sofortige operative Entfernung des Blutergusses notwendig wird. Trotz eingelegter Drainagen besteht auch die Möglichkeit einer Gewebswasseransammlung, was wiederum längere Nachbehandlungen nach sich ziehen kann. Durch die mitbetroffenen sensiblen Nerven im Operationsbereich können Gefühlsstörungen an den gestrafften Körperstellen auftreten. In den meisten Fällen stellt sich das Gefühl nach einigen Monaten wieder ein. Eventuell länger bestehende Defizite werden von Patienten in der Regel nicht als große Einschränkung empfunden, da der betreffende Körperbereich für das allgemeine Tastempfinden nicht so wichtig ist wie zum Beispiel die Fingerspitzen.



## Kostenrahmen

Bei einer aufwendigen Operation wie dem Bodylift müssen Patienten mit einem Arzthonorar von 8.000 bis 15.000 Euro rechnen. Da der Eingriff und dessen Umfang sehr von den individuellen Voraussetzungen des Patienten abhängen, kann auch dieser Rahmen variieren. Hinzu kommen die Krankenhauskosten: Mit mindestens einer Woche Aufenthalt muss hierbei in der Regel gerechnet werden. Wenn die zu operierenden Hautüberschüsse gesundheitliche Folgen mit sich bringen, also eine medizinische Indikation vorliegt, kann es sein, dass die Krankenkasse sich an den Kosten beteiligt. Dies sollte aber unbedingt im Vorfeld mit der Versicherung geklärt werden.

## DGÄPC-Beratungshilfe Bodylift

Auf [www.dgaepc.de](http://www.dgaepc.de) finden Sie eine kostenlose und speziell auf das Bodylift abgestimmte Beratungshilfe. Diese kann Ihnen als Orientierungshilfe für das Gespräch mit dem behandelnden Operateur dienen. Die DGÄPC-Beratungshilfen enthalten stichpunktartig alle Besonderheiten, die Sie im Zusammenhang mit dem geplanten Eingriff beachten sollten: vom Vorgespräch über die eigentliche Operation bis hin zu Risiken und alternativen Behandlungsmöglichkeiten.

Arzt: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

# DGÄPC-Beratungshilfe

# Bodylift



**DGÄPC**  
seit 1972

**Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,**

**das ärztliche Beratungsgespräch ist der Schlüssel zu einer guten Behandlung. Dieser Bogen wurde von den Fachärzten der Deutschen Gesellschaft für Ästhetisch-Plastische Chirurgie (DGÄPC) entwickelt, um die Qualität von Beratung und Aufklärung nachhaltig zu sichern. Er enthält alle Besonderheiten, auf die Ihr behandelnder Arzt Sie vor einem Bodylift hinweisen sollte.**

### Anamnese

Bei der Anamnese macht sich der Facharzt ein Bild von Ihrer Leidensgeschichte und ermittelt alle Faktoren, die Einfluss auf die Entscheidung für oder gegen einen Eingriff oder die Wahl der Methode haben können. Dazu zählen:

- Ihr persönlicher Wunsch
- Ihre körperlichen Voraussetzungen (Gewicht, Größe, etc.)
- Vor- und Begleiterkrankungen (insb. Brustkrebs und Brustkrebsrisiko)
- Voroperationen, Allergien und Medikamenteneinnahme
- Familienplanung / Schwangerschaft

---

---

---

---

---

---

### Grund für die Operation

Bei der so genannten Indikation entscheidet der Arzt, welche Maßnahme bei einem gegebenen Krankheitsbild angebracht oder „angezeigt“ ist. Beim Bodylift sind zu berücksichtigen:

- Hautüberschuss / Dehnungsstreifen / Entzündungen
- Narben / Fehlbildungen
- Einschränkung von Leistungsfähigkeit und Beweglichkeit
- Psychische oder soziale Probleme

---

---

---

---

---

---

### Vorbehandlung

Wichtige Schritte, die im Vorfeld des Eingriffes unternommen werden müssen, erläutert der Facharzt im Detail. Dazu gehören:

- Erreichen des Wunschgewichts
- Verzicht auf Nikotin und Absetzen bestimmter Medikamente
- Voruntersuchungen, Hautpflege und Medikamenteneinnahme

---

---

---

---

---

### Vorgehen / Methoden

Sie erfahren, wie der Ästhetisch-Plastische Chirurg bei dem Eingriff vorgehen wird. Er klärt Sie auf über:

- Vorgehen beim Bodylift
- Bauchnabelverpflanzung
- Art der Narkose

---

---

---

---

---

### Vorgehen / Methoden (Fortsetzung)

- Dauer des stationären Aufenthalts
- Erläuterungen zu Schnitten und Narbenbildung
- Möglicherweise ergänzende Behandlungen
- Kosten des Eingriffs

---

---

---

### Risiken

Ihr Arzt informiert Sie über sämtliche spezifischen und unspezifischen Risiken des Eingriffes. Dazu zählen:

---

---

- Thrombosen, Blutungen, Wundheilungsstörungen
- Ein ästhetisch unbefriedigendes Ergebnis (z. B. Asymmetrien, Narben)
- Verbleibender Hautüberschuss und unschöne sichtbare Narben
- Gefühlsstörungen durch Verletzung von Nerven
- Nebenwirkungen der Anästhesie
- Mögliche Folge- oder Korrekturoperationen und damit verbundene Kosten

---

---

---

---

---

### Nachbehandlung

Der Arzt erklärt, was nach dem Eingriff zu beachten ist und welche heilungsfördernden Maßnahmen oder Nachbehandlungen in Frage kommen, darunter Informationen zu:

---

---

- Medikamenten
- Schonung und Arbeitsunfähigkeit
- Gesellschaftsfähigkeit, Sport und Sauna
- Unterstützenden Maßnahmen (Bandagen / Verbände)
- Kontrolltermine und Telefonnummer bei Problemen
- Fotodokumentation zum Heilungsverlauf

---

---

---

---

---

### Alternative Methoden

Damit Sie entscheiden können, ob die vorgeschlagene Methode die richtige für Sie ist, erläutert der Chirurg alternative Behandlungsmethoden. Es kommen in Frage:

---

---

- Bauchdeckenstraffung
- Gesäß- oder Oberschenkelstraffung
- Fettabsaugung

---

---

**Bitte sprechen Sie mit Ihrem Arzt, wenn Sie sich bei bestimmten Punkten unsicher fühlen. Weisen Sie ihn darauf hin, wenn einzelne Themen Ihrer Meinung nach nicht ausreichend besprochen wurden.**

**Bei Fragen zur Wahl des Arztes steht Ihnen die DGÄPC jederzeit gern zur Verfügung.**