

# (Gesichtsstraffung) Facelift



Mit zunehmendem Alter verliert die Gesichtshaut an Elastizität und Spannkraft. Falten bilden sich und einzelne Gesichtsregionen wie Wangen oder Hals sinken ab und beginnen zu hängen, das Gesicht wirkt müde und erschlafft, am Hals bilden sich Falten und Stränge. Mit Hilfe eines Facelifts entfernt der Chirurg überschüssige Haut, strafft die Gewebsschichten und gibt dem Gesicht sein jüngeres und frischeres Aussehen zurück. Ziel der Operation ist es, das Gesicht zu verjüngen, ohne dass es an Ausdruck und Mimik verliert.

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



## Diagnose und Indikation

Bereits ab dem zwanzigsten Lebensjahr beginnt die Gesichtshaut zu altern. Erschlaffte Hautpartien und insbesondere Falten sind die Folge. Dabei gibt es zwei Kategorien von Falten: Mimische Falten wie etwa kleine Lachfältchen um die Augen entstehen durch immer wiederkehrende Bewegungen in der Gesichtsmuskulatur. So genannte orthostatische Falten hingegen sind auf die Schwerkraft zurückzuführen. Das unter der Haut liegende Gewebe sinkt ab und zieht den Hautmantel mit sich.

Wenn die Gesichtshaut altert, spielen Gene und Lebensgewohnheiten eine ebenso wichtige Rolle wie äußere Einflüsse: übermäßige Sonneneinstrahlung, Stress, Diäten, Nikotin- und Alkoholmissbrauch sowie ein schwaches Bindegewebe oder zu dünne Haut begünstigen die Gesichtsalterung und lassen das Gesicht schneller erschlaffen. Viele Patienten, die zu solchen ungünstigen Faktoren neigen, fühlen sich oft innerlich jünger als sie tatsächlich aussehen. Um das Gleichgewicht wieder herzustellen, kann ein Facelift sinnvoll sein. Oft fällt die Wahl auf ein Facelift, wenn einige oder alle der folgenden Merkmale zutreffen:

- Die Gesichtshaut ist insgesamt stark erschlafft und faltig.
- Die Wangen haben sich zu so genannten „Hängebäckchen“ gesenkt und die Wangenknochen werden sichtbar.
- Hals und untere Kinnpartie weisen überschüssiges Fettgewebe auf.
- Die Haut am Hals ist schlaff, die Muskelstränge treten senkrecht hervor.
- Die Haut um die Augen ist erschlafft und hängt, die Augenbrauen haben sich gesenkt, Ober- und Unterlider weisen Fettansammlungen auf.
- Die Haut im Mundbereich ist erschlafft und bildet tiefe Falten.

Generell kommt ein klassisches Facelift ([dazu: OP-Methoden](#)) bis auf wenige Ausnahmen erst ab dem 50. Lebensjahr in Frage.

## Vor der OP

Bei einem Facelift handelt es sich um einen komplizierten Eingriff, den lediglich erfahrene und geschulte Operateure durchführen können. Vor dem Eingriff stehen ein umfassendes Beratungsgespräch sowie eine eingehende Analyse des Gesichtes. So ermittelt der Plastische Chirurg für jeden Patienten individuell die richtige Methode und Technik der Gesichtsstraffung und setzt die Weichen für einen optimalen Operationsverlauf. Dabei gibt es bei der Gesichtsanalyse drei „Etagen“, die erschlaffen und geliftet werden können: Stirn, Wangen und Hals. Dem Befund entsprechend entscheidet der Chirurg über Methode und Schnitttechnik ([dazu: OP-Methoden](#)).

Abgesunkene Wangen („Hamsterbäckchen“) und ein erschlaffter Mundbereich lassen sich mit Hilfe eines Facelifts beheben. Jedoch bei abgesunkenen Augenbrauen und starken Falten an der Stirn oder im Augenbereich („Krähenfüße“) kombiniert der Plastische Chirurg das Facelift mit einem Stirnlift. Dabei bleibt der natürliche Haaransatz im Stirn- und Schläfenbereich erhalten. Bei starker Fettansammlung im Halsbereich („Doppelkinn“) oder erschlaffter Halspartie („Truthahnhal“) kommt zusätzlich das Hals-Lifting zum Einsatz ([dazu: Unterscheidung nach Gesichtsbereichen](#)).



Im Vorfeld der Operation klärt der Facharzt während des Beratungsgesprächs alle Einzelheiten der verschiedenen Eingriffe und Techniken, gibt Aufschluss über mögliche Komplikationen und Risiken und die notwendigen Vorbereitungen, die Patienten treffen müssen. Auch die Wahl der Narkose wird hier eingehend besprochen.

Patienten sollten sich zur Vorbereitung auf das Beratungsgespräch Fragen und Wünsche notieren und diese intensiv mit dem Chirurgen durchsprechen.

Um die Sauerstoffversorgung der Haut zu verbessern und somit die Wundheilung zu beschleunigen, sollten Patienten zwei Wochen vor der Operation auf Nikotin verzichten. Auch Schmerzmittel wie zum Beispiel Aspirin, Rheumamittel, fiebersenkende Medikamente und auch hochdosiertes Vitamin E sollten in diesem Zeitraum vor der Operation nicht eingenommen werden, da sie die Blutgerinnung verzögern. Es ist allerdings nicht notwendig, vor der Operation die Haare an der Schnittstelle zu rasieren.

## OP-Methoden

Im Bereich der Gesichtstraffung sorgen zahlreiche Methoden und Techniken sowie unterschiedliche Begrifflichkeiten für ähnliche oder gleiche Methoden oftmals für Verwirrung. Um einen strukturierten Überblick zu bieten, stellen wir Ihnen die gängigen Lifting-Methoden nach ihren verschiedenen Unterscheidungsmerkmalen vor:

### Unterscheidung nach Gesichtsbereichen

Grundsätzlich unterscheidet der Plastische Chirurg bei den Methoden zur Gesichtstraffung zwischen den drei Problemzonen des Gesichtsbereichs Stirn, Wangen und Hals. Je nach zu behandelndem Bereich wendet der Facharzt ein Face-, Hals-, Brauen-, Stirn- oder Schläfenlift an.

#### Facelift: Gesichtsverjüngung

Mit einem Facelift kann der Plastische Chirurg sowohl Augen-, Wangen- als auch Mund- und Halspartie straffen ([dazu: Unterscheidung nach Straffungsebenen](#)). Abhängig von dem zu straffenden Bereich unterscheidet der Chirurg zwischen oberem und unterem Facelift: Das obere Facelift betrifft Stirn und Schläfenbereich, das untere Wangen und Hals. Wichtigstes Ziel bei einem Facelift ist es, Mimik und Ausdruck des Gesichts zu erhalten und ein natürliches Ergebnis zu erzielen. Meist erscheinen Patienten nach einem Facelift erholt, frisch und sehen mitunter deutlich jünger aus.

#### Halslift: Straffung der Halspartie

Beim Halslift entfernt der Plastische Chirurg überschüssiges Fett unter dem Kinn oder hängende Hautpartien am Hals. Das Halslift erfolgt meist durch einen halbmondförmigen Hautschnitt unter dem Kinn. Starke Falten in der Halspartie entfernt der Facharzt oft, indem er die Halsmuskeln strafft, die für Unregelmäßigkeiten in dieser Region verantwortlich sind. Hierbei formt der Plastische Chirurg den Halsmuskel seitlich oder in der Mitte um und vernäht ihn dann wieder. Oft gelingt das Halslift schon sehr gut ohne zusätzliche Schnitte im Rahmen eines Gesichtsliftings.

#### Brauenlift: Vergrößerung der Augenpartie

Senken sich die Augenbrauen über die Augen, so wirken diese kleiner und das Gesicht insgesamt



müde. Bei einem Augenbrauenlift entfernt der Plastische Chirurg durch einen halbmondförmigen Schnitt am Rand der oberen Augenbraue einen Hautstreifen und strafft so die Augenpartie.

#### Stirnlift: Glättung von Stirn- und Augenpartie

Ein Stirnlift hinterlässt meist eine lange Narbe am gesamten oberen Haaransatz oder in den Haaren. Heute führen Plastische Chirurgen das Stirnlift häufig auch durch einen endoskopischen Eingriff durch (dazu: Unterscheidung nach Schnittführung und Narbenverlauf). An der Grenze zwischen Stirn und Haaransatz setzt der Operateur etwa vier bis sechs kleine Schnitte. Oft kann ein Stirnlift ein Augenbrauenlift oder eine Lidkorrektur überflüssig machen, da der Operateur gleichzeitig auch die Augenbrauen nach oben versetzt und dadurch die Augen optisch vergrößert.

#### Schläfenlift: Anheben der Wangen und Glätten der Augenpartie

Meist eignet sich ein Schläfenlift bei jüngeren Patienten um die 30 dazu, die Wangen optisch hervorzuheben und erste Falten um die Augen („Krähenfüße“) zu beseitigen. Hier strafft der Chirurg Augen- und Wangenpartie durch einen kurzen Schnitt im behaarten Schläfenbereich.

## **Unterscheidung nach Straffungsebenen**

Eine weitere Unterscheidung der Methoden und Techniken zur Gesichtsstraffung liegt in der Tiefe der Hautschichten, auf denen der Chirurg die Straffung vornimmt. Hier unterscheidet der Chirurg zwischen einer reinen Hautstraffung, einem doppelschichtigen Lifting, bei dem der Chirurg die Bindegewebs- und Muskelschicht, die so genannte SMAS-Schicht des Gesichts strafft sowie einem dreischichtigen Lifting, der Straffung der Gesichtsknochenhaut.

#### Modellift: reine Hautstraffung

Hier kommt der Chirurg lediglich mit der obersten Hautschicht in Berührung. Dabei strafft er nur einen sehr begrenzten Gesichtsbereich, nämlich die Wangenhaut zu den Schläfen hin. Insbesondere die seitliche Augenpartie, die meist als erstes absinkt, bekommt so ihre frische Optik zurück. Die reine Hautstraffung hält nur kurze Zeit und eignet sich am ehesten für vergleichsweise junge Patienten. Diese Technik trägt die Namen Mannequin- und Modellift oder, entsprechend der s-förmigen Schnitttechnik, S-Lift. (dazu: Unterscheidung nach Schnittführung und Narbenverlauf) Auch unter dem Begriff Minilift verbirgt sich meist diese Methode, jedoch verwenden manche Chirurgen die Bezeichnung genauso für andere Facelifttechniken.

#### SMAS: Anheben der Gesichtszüge (doppelschichtiges Lifting)

Wenn der Plastische Chirurg auch das Bindegewebe liftet, spricht er von einem SMAS-Lift. SMAS steht für „superficial musculoaponeurotic system“ – die tiefe Bindegewebsschicht, die tatsächlich ‚geliftet‘ (angehoben) und nicht gestrafft wird. Das SMAS-Lift gilt als klassisches Facelift. Dabei wird die Wangenhaut abgehoben und die Bindegewebsschicht von der darunter liegenden mimischen Muskulatur getrennt sowie nach oben versetzt. Die Haut fixiert der Operateur mit versenkten Nähten, ohne sie zu spannen. Deep Composite Facelift ist ein anderer Name für diese Technik.

Die Schnittführung verläuft in der Regel im Haarbereich und/oder ums Ohr herum. Beim Midfacelift allerdings wird das abgesunkene Wangengewebe vom Unterlid aus wieder nach oben verlagert und mit inneren Nähten fixiert. Auch nach unten zeigende Mundwinkel und Nasolabialfalten, die gelegentlich tiefen Falten von den Seiten der Nase bis zu den Mundwinkeln, lassen sich mit dieser Technik mildern.



### Tiefenschicht-Lifting: Muskulatur inklusive (dreischichtiges Lifting)

Beim Subperiostalen Lifting (oder Tiefenschicht-Lifting) löst der Chirurg Haut, Gewebe und Muskulatur bis auf die Knochenhaut ab und hebt diese wie beim SMAS-Lifting an. Das Ergebnis unterscheidet sich jedoch kaum vom Standard-(SMAS-)Lifting. Die Wunden verheilen langsamer. Da in der tiefsten Schicht auch motorische Nervenbahnen verlaufen, welche die Mimik bestimmen, können Komplikationen schlimme Konsequenzen haben. Bei dieser Technik ist es deshalb ganz besonders wichtig, dass ein qualifizierter Chirurg mit viel Erfahrung die Operation durchführt.

### Midilift: mehr als Mini, weniger als SMAS

Beim Midilift strafft der Chirurg die Haut in zwei Schichten, löst jedoch nicht so viel Gewebe ab wie bei der SMAS-Technik. Schnittführung und Narben sind identisch. Das Ergebnis hält zwei bis drei Jahre weniger als beim SMAS-Lifting, allerdings ist die Methode auch schonender und die Abheilungszeit kürzer.

## **Unterscheidung nach Schnittführung und Narbenverlauf**

Je nach Schnitttechnik unterscheidet der Plastische Chirurg verschiedene Methoden der Gesichtsstraffung.

### Endoskopisches Facelift: winzige Narben

Das Endoskop ist ein schlauchförmiges Instrument, an dessen Spitze sich eine Kamera befindet. Unter die Haut gebracht durch kleine Einschnitte im behaarten Kopfbereich, hebt der Chirurg das Bindegewebe an. Vorwiegend wird diese Technik beim Lifting von Stirn oder Augenbrauen angewandt, kann aber auch für andere Bereiche des Gesichts eingesetzt werden. Das Endoskopische Facelift ist geeignet, wenn erste Alterungserscheinungen auftreten; bei starker Gesichtsalterung muss in jedem Fall auf klassische Facelift-Methoden zurückgegriffen werden.

### Contourlift: Lifting mit Fäden

Auch beim Contourlift arbeitet der Chirurg mit nur kleinen Einschnitten: Versteckt im behaarten Kopfbereich bringt er Fäden unter die Haut, die das Gewebe mit kleinen Widerhaken anheben. Diese Methode ist sehr neu; über gute Langzeitergebnisse kann noch nicht berichtet werden.

### Biolift: geklebt, nicht nur genäht

Der Begriff Biolift bezieht sich nicht auf eine spezielle Operationstechnik. Er wird verwendet, wenn bei einem Lifting nicht nur genäht, sondern die gestrafften Schichten zusätzlich mit einem Fibrinkleber fixiert werden. Fibrin ist ein körpereigener Stoff. Er bewirkt, dass das Blut gerinnt und Wunden sich schließen. So bilden sich weniger Blutergüsse.

Manchmal taucht der Begriff Biolift auch im Zusammenhang mit der so genannten Mesotherapie („Mesolift“) auf. Bei der Mesotherapie spritzt der Chirurg geringe Mengen meist naturbasierter Medikamente mit einer bestimmten Spritztechnik unter die Haut und erreicht dadurch einen Erfrischungseffekt.



## Narkose, OP-Dauer und stationärer Aufenthalt

Bei einem Facelift handelt es sich um einen größeren Eingriff, der meist im Dämmer Schlaf mit Lokalanästhesie oder in Vollnarkose durchgeführt wird. Die Narkoseart variiert je nach Größe des Eingriffs und Wünschen des Patienten. Während Patienten bei Vollnarkose regungslos liegen und beatmet werden, hat die Dämmer Schlafnarkose den Vorteil, dass Patienten selbständig atmen können und Mimik und Muskelaktivität im Gesicht erhalten bleiben.

Je nach Art und Umfang des Eingriffs beträgt die Operationszeit zwischen zwei und fünf Stunden.

Die Operation kann stationär oder ambulant erfolgen. Bei Eingriffen unter Vollnarkose verbleiben Patienten aus Sicherheitsgründen für mindestens einen Tag in der Klinik – je nach Schweregrad bis zu acht Tage. Bei der ambulanten Behandlung kommt der Patient für weitere fünf bis sieben Tage zur Nachbehandlung in die Praxis.

## Erholungsphase und Nachbehandlung

Nach der Operation tragen Patienten für etwa ein bis zwei Tage einen weichen Kopfverband und kleine Drainagen an der Schnittstelle, um die in der Wunde entstehende Gewebsflüssigkeit abzuleiten. In diesen Tagen fühlt sich das Gesicht geschwollen an und spannt. Auch Schwellungen und blaue Flecken vor allem im Wangenbereich sind ebenso normal wie ein Taubheitsgefühl auf der Haut. Dieses entsteht durch die starke Spannung der Haut und lässt nach etwa ein bis zwei Wochen nach. Um den Heilungsverlauf zu beschleunigen und Nachblutungen zu verhindern, sollten Patienten während der ersten zwei Tage den Kopf ruhig halten. Ein erhöhtes Kopfteil beim Schlafen verbessert den Heilungsverlauf und hilft, Schwellungen und Blutergüsse schneller zu minimieren.

Nach fünf bis zehn Tagen entfernt der Plastische Chirurg die Fäden. Patienten können dann ihre Haare wieder wie gewohnt waschen. Nach zwei bis drei Wochen sollten Schwellungen und blaue Flecken verschwunden sein; dann sind Sie wieder gesellschaftsfähig.

Generell gilt: Patienten sollten sich einige Tage nach der Operation schonen, auf Alkohol, Nikotin und blutverdünnende Medikamente wie Aspirin verzichten. Auch sollten körperliche Anstrengungen wie schweres Heben in den ersten Wochen vermieden werden. Sport ist nach etwa zwei bis zwei Wochen möglich. Bis etwa drei Monate nach der Operation sollten Patienten auf stärkere Sonneneinstrahlung verzichten.

## Mögliche Komplikationen

Bei einem Facelift handelt es sich um einen größeren Eingriff, der lediglich von erfahrenen und speziell geschulten Ästhetisch-Plastischen Chirurgen durchgeführt werden sollte. Natürlich kann sich kein Operateur von jeglichen Komplikationen freisprechen, bei gut ausgebildeten und erfahrenen Chirurgen jedoch lassen sich die Risiken auf ein Minimum reduzieren. Vor der Operation klärt der Facharzt die Patienten in einem Beratungsgespräch umfassend über alle möglichen Komplikationen und Risiken auf.



Wie bei jeder Operation sind auch bei einem Facelift narkosebedingte Komplikationen wie Infektionen oder Unverträglichkeiten möglich. Auch Hämatome (Blutergüsse) oder Wundinfektionen können auftreten. Eine akute Nachblutung sollte sofort behandelt werden.

Übliche kurzfristige Folgen der Operation sind Spannungs- und Taubheitsgefühle, Schwellungen sowie Blutergüsse. Sie gehen innerhalb weniger Tage bis Wochen zurück.

An den Narben der Kopfhaut kann der Haarwuchs dauerhaft beeinträchtigt sein. Zu den schwerwiegendsten möglichen Folgen gehören ein andauerndes Taubheitsgefühl und bleibende Muskellähmungen. Dies tritt ein, wenn ein unerfahrener Chirurg beim Abheben des Bindegewebes von der Muskulatur größere Nerven verletzt.

## Kostenrahmen

Natürlich variieren die Kosten für ein Facelift je nach Größe und Aufwand des Eingriffs. Auch die Dauer des Klinikaufenthalts oder die Narkoseart haben Einfluss auf die Kosten der Operation.

In der Regel müssen Patienten mit Kosten ab 5.000 Euro aufwärts rechnen. Da es sich bei einem Facelift um eine rein ästhetische Operation handelt, ist eine Übernahme oder ein Kostenzuschuss durch die Krankenkasse ausgeschlossen. Daher gilt es darauf zu achten, dass der Behandlungsvertrag mit dem Plastischen Chirurgen eventuelle Nachbehandlungen einschließt.

## DGÄPC-Beratungshilfe Facelift

Unter [www.dgaepc.de](http://www.dgaepc.de) steht Ihnen kostenlos eine speziell auf das Facelift 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 im Zusammenhang mit dem geplanten Eingriff zu beachten sind: vom Vorgespräch über die eigentliche Behandlung bis hin zu Risiken und Alternativen.

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

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

# DGÄPC-Beratungshilfe

## Facelift



**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 Facelift 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 (z. B. Pigmentierung etc.)
- Vor- und Begleiterkrankungen
- Voroperationen, Allergien und Medikamenteneinnahme

---

---

---

---

---

### Grund für die Operation

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

- Abgesunkenes Mittelgesicht / Volumendefizit
- Abgesunkene Wangen / Mundregion / „Turtle Neck“
- Funktionelle Beschwerden
- Psychische oder soziale Probleme

---

---

---

---

---

### Vorbehandlung

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

- 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:

- Art und Umfang des Facelifts (genaue Methode und Gesichtsbereich)
- Art der Narkose
- stationäre oder ambulante Behandlung
- Möglicherweise ergänzende Behandlungen (z. B. Fettabsaugung)
- Kosten des Eingriffs

---

---

---

---

---



### Risiken

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

- Thrombosen, Wundheilungsstörungen
- Anhaltende Schwellungen und Rötungen
- Langwierige Nachbehandlungen
- Ein ästhetisch unbefriedigendes Ergebnis (z. B. Asymmetrien, Verfärbungen)
- sichtbare Narben, Spannungsgefühle
- Gefühlsstörungen, Gesichtslähmungen
- 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, Sonnenschutz
- Schonung und Arbeitsunfähigkeit
- Gesellschaftsfähigkeit, Sport und Sauna
- Unterstützenden Maßnahmen (Bandagen, Verbände)
- Kontrolltermine und Telefonnummer bei Problemen

---

---

---

---

---

---

---

---

### Alternative Methoden

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

- Alternative Operationen
- Filler- oder Botulinumbehandlungen
- Laserbehandlungen
- Thermage

---

---

---

---

---

---

---

---

**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.**