



## Gesäßstraffung

Die Gesäßstraffung oder auch Gesäßmodellierung ist ein Überbegriff für mehrere kosmetisch-chirurgische Eingriffe zur Wiederherstellung einer ästhetischen Gesäßkontur.

Vor allem Frauen leiden unter einer altersbedingten Absenkung des Haut- und Fettgewebes in der Gesäßregion. Gründe für ein hängendes Gesäß gibt es viele, in der Regel sind körperliches Training und Diäten nicht ausreichend wirkungsvoll, um ein befriedigendes Ergebnis zu erreichen.

Folgende Ursachen können für eine unförmige Gesäßregion verantwortlich sein:

- altersbedingte Erschlaffung des Haut- und Fettgewebes
- genetisch bedingte Gewebeerschaffung – z. B. bei Bindegewebeschwäche
- Muskelhypotrophie – Muskelschwund im Gesäßbereich
- schwach ausgebildete Gesäßmuskulatur
- Gewichtsabnahme
- ungünstige Verteilung von Fettdepots

Jeder dieser Gründe kann eine erhebliche Absenkung oder Formstörung des Gesäßes bewirken, sodass nur eine operative Maßnahme eine Verbesserung des Körpergefühls herbeiführen kann. Der folgende Text beleuchtet unterschiedliche chirurgische Methoden der Gesäßstraffung.

### Im Folgenden werden diese Verfahren beschrieben:

- Exzision
- Implantationsverfahren
- Liposuktion

Zuerst ist die Exzision von überschüssiger Haut und Fettgewebe zu nennen. Hierbei entscheidet der Chirurg auf Grundlage des individuellen Befundes, welche Schnittführung in der jeweiligen Region in Frage kommt. Die Schnittführung wird präoperativ geplant indem am stehenden Patienten die Schnittlinien ermittelt und angezeichnet werden. Dabei wird auf einen Narbenverlauf geachtet, der innerhalb der natürlichen Körperlinien bzw. Körperfalten wie etwa der Gesäßfalte liegt. Meist genügt es, die abgesunkene Haut mit dem darunter liegendem Fettgewebe in der Glutealfalte (Falte unter der Pobacke) zu incidieren, das Gewebe hochzuschlagen und neu zu vernähen.

Die Implantation von Eigenfett oder Silikonimplantaten, eine aufwendige Methode der Gesäßmodellierung, wird auch als Gesäßplastik oder Glutealaugmentation bezeichnet. Dabei werden die Materialien zwischen die Gesäßmuskulatur in zuvor geformte Gewebetaschen eingebracht. Das Einbringen der Implantate erfolgt über der Mitte der Pofalte über einen kleinen Schnitt von ca. 3 cm, zu liegen kommen sie unter dem großen Gesäßmuskel. Wegen der engen Platzverhältnisse ist mit Spannungsgefühl beim Sitzen für einige Wochen zu rechnen.

Zum Schluss ist die Liposuktion (Fettabsaugung) im Gesäßbereich zu nennen. Diese Operation erfolgt ebenfalls in der Regel in Vollnarkose, aber auch die Sedoanalgesie (Dämmerschlaf) oder lokale Betäubung ist möglich. Häufig wird eine Liposuktion auch ergänzend zu anderen Methoden eingesetzt.

### Besonderheiten zu diesen Operationen:

Zur allgemeinen Operationsinformation bitte hier klicken. Die Gesäßregion ist ein zentraler Bestandteil unserer Mobilität. Entsprechend wirkt sich eine notwendige Schonung in dieser Region vorübergehend einschränkend aus. Der Patient sollte in den ersten 2 Wochen auf sportliche Belastungen verzichten und im Anschluss langsam ein



aufbauendes Training beginnen. Sitzen kann nach der Operation noch mehrere Wochen schmerzhaft sein.

### **Alternative Methoden:**

Dasselbe Ergebnis wie bei Straffungsoperation durch Implantate ist auch mit dem Einbringen von Hyaluronsäure in diesem Bereich möglich. Dabei gibt es natürlich keine Narben, aber man muss von Zeit zu Zeit nachspritzen, da sich die Hyaluronsäure langsam resorbiert.

### **Nach der Operation:**

Regelmäßige Wundkontrollen der oft großen Narben sind von großer Wichtigkeit, da Wundheilungsstörungen zu den häufigen Komplikationen gehören.

In der Regel wird eine Kompressionstherapie durchgeführt, die der gewünschten Gesäßkontur Stabilität und den letzten Schliff verleiht.