

# Body Sculpturing

TEXT VON URSULA KREBS

Die Attraktivitätsforschung hat es eindeutig belegt: Schöne Menschen haben es leichter, auf der Erfolgsleiter emporzuklettern, denn viele Unternehmen kalkulieren inzwischen beinahart mit optischen Waffen: Die schlanke, ranke Managerin, der jugendlich straffe Manager repräsentieren das Unternehmen einfach besser. Und weil keiner so bleiben muss, wie er ist, kann heute jeder seinen Attraktivitätsfaktor mit Nadel und Skalpell einfach «upgraden». Wie das geht, lesen Sie im zweiten Teil der **BEAUTYlife-Serie** «Schönheit ist machbar»: Ästhetische Medizin rund um Hüften, Bauch & Po.

Soweit man die Geschichte auch zurückverfolgen mag - den Wunsch, einen möglichst wohlgeformten Körper zu besitzen, hat es immer schon gegeben. Besonders groß wird das Verlangen, einen Formfehler zu beseitigen, wenn mit ihm Funktionsstörungen oder seelische Konflikte verbunden sind. Zu den häufigsten Ursachen für die Unzufriedenheit mit dem eigenen Aussehen zählen der im Laufe eines Lebens an verschiedenen Körperstellen auftretende Hautüberschuß und die Ansammlung von Fettgewebe, die sich auch durch Diäten kaum reduzieren lassen. Unter dem Begriff «Body Sculpturing» bietet die Ästhetische Medizin Abhilfe: Mittels Liposuction (Fettabsaugung), Bauchdeckenplastik, Oberschenkelstraffung und/oder Gewebeaufbau am Po wird der Körper wie unter den Händen eines Bildhauers neu geformt - vorausgesetzt, ein Spezialist/eine Spezialistin sind am Werk. Denn obwohl die Operationen technisch keine hohen Ansprüche an den Arzt stellen, braucht es viel Erfahrung, um wirklich gute Ergebnisse zu erzielen. Umso wichtiger ist es daher, einen Facharzt für Plastische Chirurgie oder einen auf Ästhetische Medizin spezialisierten Dermatologen zu finden, da nur sie die Korrektur von Form und Funktion der gesamten Körperoberfläche beherrschen.

## LIPOSUCTION

Hartnäckige Fettpolster lassen sich selbst mit strengen Diäten, Gymnastik und spezielle!! Cellulite-Behandlungen nicht bekämpfen. Sie sitzen meistens da, wo sie besonders stören, und beeinträchtigen nicht nur den ästhetischen Gesamteindruck der Körperproportionen, sondern auch das Selbstbewusstsein vieler Menschen.

Mit der Liposuction kann das Körperbild deutlich sichtbar und dauerhaft korrigiert werden. Insbesondere bei örtlichen Fettdepots an den Hüften, am Bauch, am Po und an den Oberschenkeln, aber auch an den Fesseln und den Innenseiten der Knie lassen sich hervorragende Ergebnisse erzielen.

Eine Liposuction erfolgt immer aus ästhetischen Gründen und ist generell keine Frage des Alters. Je schlaffer die Haut allerdings ist, desto magerer fallen die Ergebnisse aus.

Der Eingriff wird bei kleineren Korrekturen in der Regel ambulant mit örtlicher Betäubung durchgeführt. Bei größeren Eingriffen ist eine Vollnarkose erforderlich. Bei Korrekturen an der Hüft- und Beinregion kann auch eine Spinalanästhesie angewendet werden, bei der die komplette untere Körperhälfte gefühllos wird.

## WAS PASSIERT?

Vor dem eigentlichen Eingriff entscheidet der Chirurg gemeinsam mit dem Patienten über die Modellierung der betroffenen Regionen. Dazu markiert er die Fettpolster in Form von Höhenlinien auf dem Körper.

Bei der klassischen Liposuction werden die Fettzellen zuerst mittels einer speziellen Trägerlösung, der so genannten Tumescenzlösung, gelockert. Durch Minihautschnitte werden anschließend an möglichst unauffälligen Stellen Kanülen in das Fettdepot eingeführt, mit deren Hilfe die überschüssigen Fett

zellen abgesaugt werden. Um die gefürchteten Dellen zu vermeiden und eine möglichst glatte Oberfläche zu erhalten, werden nur mehr Kanülen von 2 bis maximal 6 mm Durchmesser verwendet. Gegenüber der früheren Technik kann man mit diesen feinen Kanülen relativ knapp unter die Haut gehen und erreicht durch die Stimulation einen Straffungseffekt.

Bei der Ultraschallmethode, die als umstritten gilt, werden die Fettzellen vor dem Absaugen zertrümmert. Skeptiker warnen allerdings davor, dass sich narbige Verhärtungen und Ölzysten bilden können und befürchten zudem, dass es bei unsachgemäßer Verwendung zu Verbrennungen kommt. Befürworter argumentieren mit dem zusätzlichen

+

Liftingeffekt und den geringeren Nachwirkungen. Eine Weiterentwicklung der Ultraschall-Fettabsaugung ist die Hochfrequenz-Methode, die hierzulande allerdings kaum durchgeführt wird, da die möglichen Risiken noch nicht ausreichend bekannt sind.

Ob Tumeszent-Technik, Ultraschall oder Hochfrequenz - die Kunst des Chirurgen besteht in jedem Fall darin, mit viel Fingerspitzengefühl durch die Haut zu ertasten, was an Fettgewebe entfernt und was erhalten werden soll. Ziel ist es nämlich nicht, alle Fettzellen radikal zu entfernen, sondern eine neue, ebene Kontur zu gestalten.

### DIE FOLGEN?

Unmittelbar nach dem Eingriff ist mit leichten Schmerzen und mit Blutergüssen zu rechnen. Beides bildet sich innerhalb von Tagen bis mehreren Wochen wieder zurück. Schwellungen der betroffenen Areale sind, wie bei jeder Operation, auch bei der Liposuction völlig normal. Diese gehen jedoch innerhalb von 3 Monaten völlig zurück. Über einige Wochen sollten auch Miederhose bzw. Stützstrümpfe getragen werden. Nur so läßt sich vermeiden, daß in den entstandenen Hohlräumen durch Blut, gelöstes Fett oder Gewebeflüssigkeit unerwünschte Narben entstehen, die das Ergebnis wesentlich beeinträchtigen können.

### MÖGLICHE KOMPLIKATIONEN?

Nach der Liposuction kann es für mehrere Wochen zu einer Veränderung der Berührungsempfindlichkeit mit Taubheitsgefühlen kommen. Bei entsprechender Veranlagung oder nicht konsequenter Bandagierung können Blutergüsse oder Narbenplatten entstehen.

Diese werden als oberflächliche Unebenheiten erkennbar. Bilden sich diese auch nach mehreren Wochen nicht oder nur sehr zögerlich zurück, kann ein weiterer kleiner Eingriff erforderlich sein (nach ca. 6 Monaten erst sinnvoll.)

### DIE ERFOLGSAUSSICHTEN?

Mit der Entfernung störender Fettansammlungen und der Modellierung der entsprechenden Partien durch den Chirurg

wirkt der Körper schlanker, und die Proportionen gewinnen an Harmonie. Dabei ist diese Methode jedoch keine Alternative zur Gewichtsreduktion und auch keine Behandlung der Fettsucht. Nicht der ganze Mensch kann schlanker gemacht werden, sondern einzelne Partien mit lokalisierten starken Fettansammlungen. Ist die Haut zu schlaff, sollte der Liposuction ein Eingriff zur Hautreduktion folgen, um die erwünschten Ergebnisse zu erzielen.

### BAUCHSTRAFFUNG

Figurprobleme am Bauch sind bei manchen Menschen weder durch Diät noch durch Sport, Massagen oder Fettabsaugung zu beheben. Meistens ist es der Unterbauch, der nicht mehr zum ästhetischen Gesamteindruck der Körperproportionen passt. Zu den häufigsten Ursachen für diese örtliche Fettansammlungen rund um die Körpermitte, oft in Kombination mit schlaffer Haut, zählen Übergewicht, schnelles Abnehmen, Überdehnung der Bauchdecke nach Schwangerschaften, Bauchdeckenbruch in Operationsnarben, aber auch eine allgemeine Bindegewebsschwäche. Überschüssige Haut und Fettgewebsmassen können in solchen Fällen durch eine plastische Operation korrigiert werden. Da häufig alle Schichten der Bauchwand mit Hautfettgewebe und Bauchmuskulatur betroffen sind, besteht die Bauchdeckenplastik nicht nur aus einer Entfernung überschüssiger Haut- und Fettpolster, sondern aus einer Bauchwandstraffung.

Vor einer operativen Haut- und Fettentfernung sollten alle anderen Möglichkeiten zu einer Gewichtsabnahme ausgeschöpft sein. Je näher man seinem Idealgewicht ist, um so günstiger ist das Operationsergebnis. Die Haut sollte vor der Operation durch besondere Pflege geschützt und die Durchblutung durch kaltes Abduschen angeregt werden.

### WAS PASSIERT?

Das übermäßige und erschlaffte Haut und Fettgewebe wird exakt vermessen und operativ entfernt. Die dabei notwendigen Schnitte werden so geführt, dass eine möglichst unauffällige Narben

bildung resultiert. Zu diesem Zweck lässt man den Hautschnitt oberhalb der Schamhaargrenze in einer natürlichen Bauchfalte quer über den Unterbauch verlaufen. Von hier aus wird die gesamte Bauchhaut mit Fettschicht bis zum Rippenbogen von ihrer Unterlage abgelöst, der gerade Bauchmuskel in der Mittellinie zusammengenäht, die Haut nach unten gezogen und gespannt. Häufig muss auch der Bauchnabel herausgelöst und versetzt werden. Die Wunde wird anschließend schichtweise verschlossen. Zusätzlich kann die ästhetische Körperkontur bei dem Eingriff durch gezielte Fettabsaugung angrenzender Bereiche verbessert werden.

#### Frage & Antwort

**Welche Regionen eignen sich besonders zur Fettabsaugung und wo bringt es nicht viel?**

**Besonders geeignet sind die Hüft- und Oberschenkelregionen sowie die Taille.**

**Gute Ergebnisse können auch am Unterbauch und an der Knie-Innenseite erzielt werden. Mäßig geeignet sind Unterschenkel, Arme, Rücken und die untere Gesäßhälfte.**

**Kann man das abgesaugte Fett gleich zur Brustvergrößerung verwenden?**

**Grundsätzlich kann das abgesaugte Fett weiterverwendet werden, die zu erzielenden Ergebnisse sind allerdings nicht immer zufrieden stellend.**

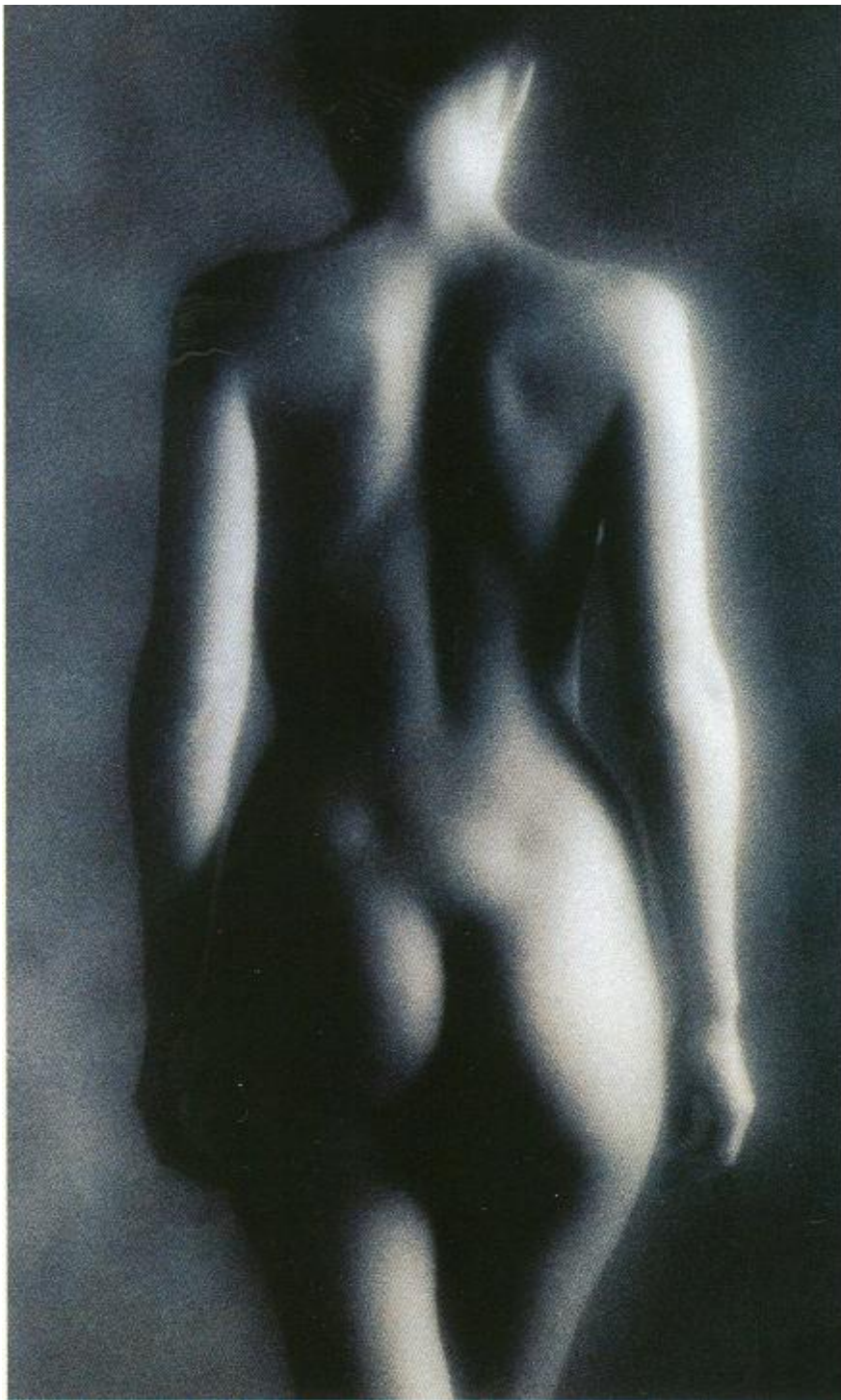
**Kann das Fett nach einer Fettabsaugung weiterwachsen?**

**In der Regel ist der Effekt nach einer Fettabsaugung bleibend, nur bei exzessiver Gewichtszunahme kann es zur Neubildung von Fettzellen und somit zu einem „Nachwachsen kommen.“**

#### Leserfragen beantwortet direkt:

**Dr. Wolfgang Metka,  
Operring 23, 1010 Wien,  
Tel. 01/585 08 00 oder  
Badgasse 7, 4020 Linz-Altstadt  
070/77 53 05**

**Email: [wolfgang.metka@metka.at](mailto:wolfgang.metka@metka.at)  
Homepage: [www.metka.at](http://www.metka.at)**



### DIE FOLGEN?

Die Bauchdeckenplastik ist eine großflächige Operation, daher können Blutungen während und nach dem Eingriff Blutergüsse verursachen. Um dem vorzubeugen, ist ein fester Druckverband in den ersten 48 Stunden nach der Operation nötig. Gegen Blutgerinnsel und Embolien werden Thrombosestrümpfe angelegt oder auch vorbeugende Mittel verabreicht. Durch isometrische Muskelübungen kann die Durchblutung und Sauerstoffversorgung angeregt werden.

Die Wundheilung der Haut und das Abklingen der Schwellung benötigt ca.

10 - 14 Tage, die endgültige Abheilung ist jedoch erst nach mehreren Wochen zu erwarten. Die Fäden werden rund 2 Wochen nach der Operation entfernt, 4 - 6 wöchige Schonung und das Tragen eines Mieders unterstützen den Heilungsprozess und helfen, das Operationsergebnis zu sichern.

### MÖGLICHE KOMPLIKATIONEN?

Da es sich um größere Wundflächen handelt, können Blutergüsse und Sekrete oder bakterielle Entzündungen die Heilung stören. Hautgefühl und Lymphabfluss regenerieren sich erst langsam im Verlauf von mehreren Monaten und

können in der Narbenregion vermindert bleiben. Größere Blutverluste müssen durch Infusionen und eventuell auch Bluttransfusionen ausgeglichen werden. Auffällige Narben nach gestörter Wundheilung können meistens durch kleine Korrekturoperationen in örtlicher Betäubung verbessert werden.

### DIE ERFOLGSAUSSICHTEN?

Mit der operativen Haut- und Fettentfernung müssen zwar größere Hautschnitte und längere Narben hingenommen werden, dafür können aber auch große Fettschürzen und Hautfalten beseitigt werden, für die es sonst keine Korrekturmöglichkeiten gibt. Nach der Operation ist nicht nur die Körperproportion harmonisch wiederhergestellt, auch die sportliche Aktivität und das subjektive Wohlbefinden erhalten neuen Aufschwung.

### OBERSCHENKELSTRAFFUNG

Durch starke Gewichtsschwankungen oder durch Elastizitätsverlust der Haut kann es am Oberschenkel zu einem schlaffen Hautüberschuß kommen, der sich nur mehr operativ entfernen lässt. Hautstraffungen sind fallweise auch nach einer Liposuction von so genannten «Reiterhosen» oder im Bereich des inneren Oberschenkels nötig, wenn die Haut nicht genügend Spannung aufweist.

### WAS PASSIERT?

Der Hautüberschuß am Oberschenkel kann entweder mit einer inneren und/oder einer äußeren Oberschenkelstraffung korrigiert werden. Dabei entfernt der Arzt halbmondförmige Haut/Fettareale an der Innenseite des Oberschenkels bzw. in der Gesäßgegend. Sofern möglich, werden die Hautschnitte in den Hautfalten, den so genannten «Hautbeugungsfurchen» gelegt, da diese Schnittlinien erfahrungsgemäß die «unsichtbarsten» Narben ergeben.

### DIE FOLGEN?

Je nach Umfang dauert die Operation, die in Vollnarkose durchgeführt wird, zwischen 1 und 3 Stunden. Für 6 bis 8 Wochen muss anschließend eine straffe

Miederhose mit Bein getragen werden. Die Nähte werden nach 10 bis 14 Tagen entfernt, das endgültige Ergebnis ist aber erst nach einigen Monaten feststellbar.

#### MÖGLICHE KOMPLIKATIONEN?

Wunden im Genitalbereich weisen aus hygienischen Gründen eine etwas höhere Infektionsrate auf, daher können Wundheilstörungen auftreten, die zu breiten, wulstigen und gelegentlich auch schmerzhaften Narben führen. Vorübergehende Gefühlsstörungen der Haut im operierten Bereich sind möglich.

#### DIE ERFOLGSAUSSICHTEN?

Bei gelungenen Operationen wirken die Schenkel wieder straff und schlank, allerdings sind Narben unvermeidbar. Die besten Ergebnisse werden in Kombination mit einer Liposuction erzielt.

#### GESÄSSLIFTING

Fest soll er sein, rund und straff. Doch die Natur hatte eher Rubensformen im

Sinn, als sie das weibliche Hinterteil konstruierte. Das üppige Fettgewebe ist wie geschaffen für Probleme - von reinem Formverlust bis hin zur schweren Cellulite. Die einzigen Möglichkeiten, um Fett ab- und die Po-Form

aufzubauen, waren bislang Sport - vom Joggen bis zum Treppensteigen am Fitnessgerät - und eine spezielle Po-Gymnastik, mit der man gezielt jene Muskelpartien aktivieren konnte, die letztendlich die Form des Pos bestimmen. Seit kurzem gibt es auch einen chirurgischen Weg zum prallen Po - den Gewebeaufbau mittels Kunststoffkissen.

#### WAS PASSIERT?

Um einen zu flachen Po neu zu formen, wird ein weiches Kunststoffkissen eingesetzt. Der Schnitt liegt zumeist über dem Steißbein. Die Polster werden so hoch eingepflanzt, dass man nicht darauf sitzt.

#### DIE FOLGEN?

Nach der Operation kommt es zu

Schwellungen, die sich normalerweise innerhalb von zwei bis drei Wochen zurückbilden. Es bleibt eine kleine, bei erfolgreichen Operationen kaum sichtbare Narbe.

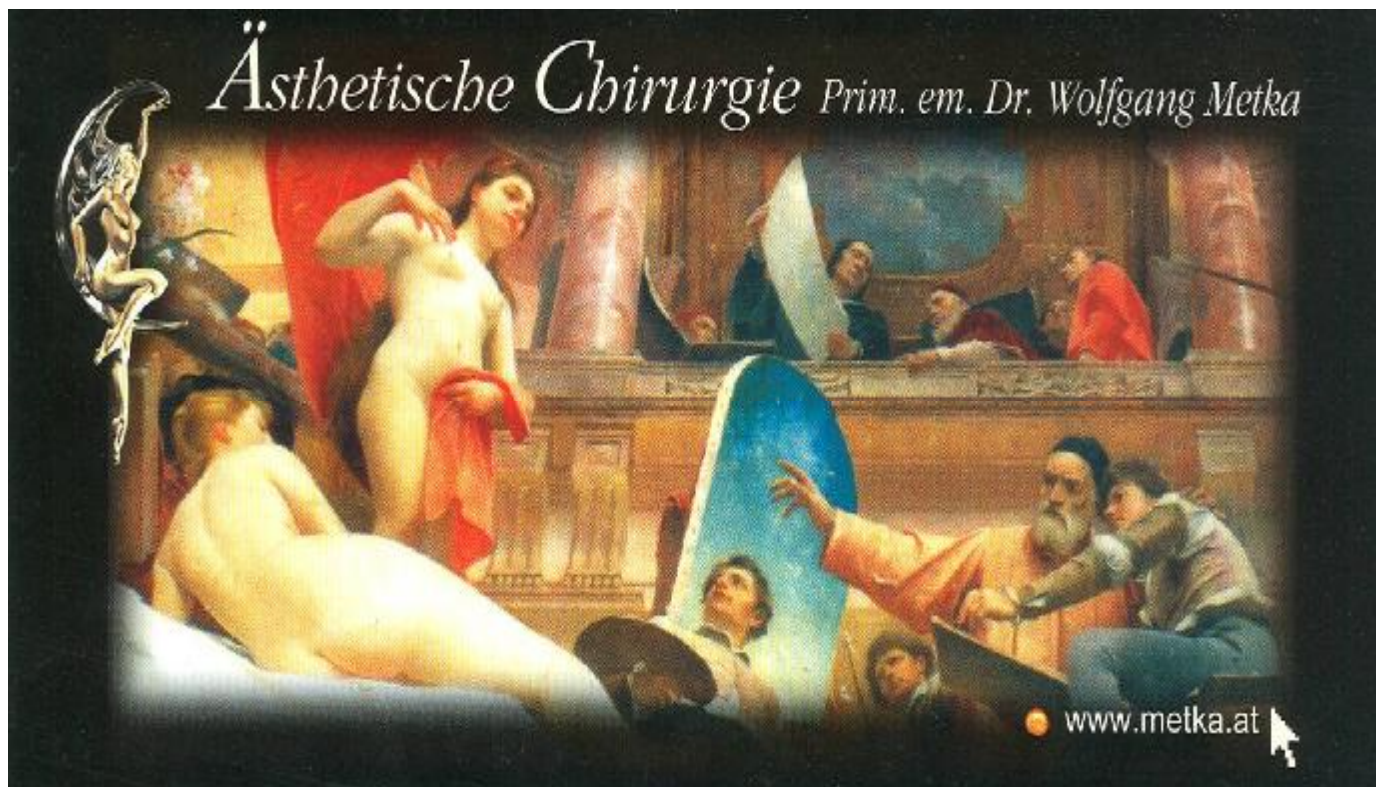
#### MÖGLICHE KOMPLIKATIONEN?

Wie bei jeder Operation kann es zu Wundheilungsstörungen kommen. Probleme, die durch ein Verrutschen der Kunststoffkissen auftreten, sind äußerst selten und können normalerweise korrigiert werden.

#### DIE ERFOLGSAUSSICHTEN?

Für einen puren Gag ist der Eingriff zu riskant. Wer allerdings mit seiner Kehrseite echte Probleme hat, kann sich nach der Operation über wohlgeformte Pobacken und ein völlig neues Tragegefühl von engen Jeans und körperbetonten Kleidern freuen.

Lesen Sie in der nächsten Ausgabe von **BEAUTY life**: Ästhetische Chirurgie rund um den Busen.





# Der Spezialist

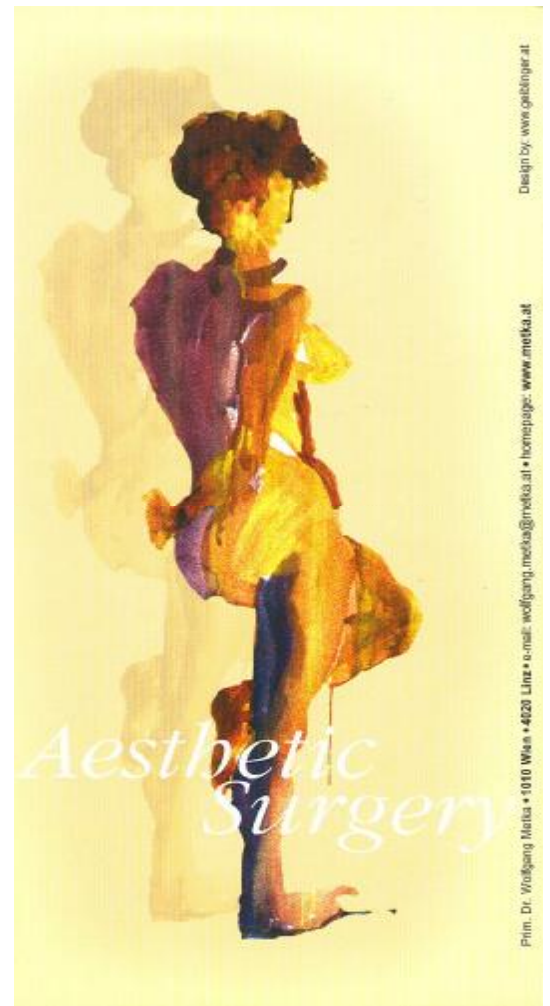
Das Kredo von Prim. Dr. Wolfgang Metka: "Man muss auf dem Klavier der medizinischen und chirurgischen Techniken so spielen können, dass die künstlerische Begabung des Chirurgen das Optimum für seine Patienten bringt."

Dr. Metka hat sich - nach seiner allgemeinchirurgischen, unfallchirurgischen und plastisch-chirurgischen Facharztausbildung - auf Ästhetische Chirurgie und Ästhetische Medizin spezialisiert. Sein künstlerisches Können entwickelte er durch Mal-Aufenthalte bei Kokoschka und Pablo Picasso. "Die größte künstlerische Herausforderung für mich ist, an einem Menschen die Schönheit sichtbar zu machen, die in ihm schlummert." Und darüber mit ihm zu diskutieren ist ein wahres Erlebnis.

Dass Dr. Metka einer der wenigen Mediziner mit internationalem Ruf ist, ist vor allem auf seine vielen Auslandsstudien bei den bekannten Meistern der Plastischen Chirurgie in Amerika und Frank

reich zurückzuführen. Die dabei gewonnenen Sprachkenntnisse, er spricht neben Deutsch ausgezeichnet Englisch, Französisch und Spanisch, kommen natürlich seinem internationalen Patienten voll zugute. Denn das persönliche Gespräch und das dabei gewonnene Vertrauen ist für Herrn Dr. Metka die Basis für eine gute Partnerschaft zwischen Patient und Arzt.

Sie sollten eine Schönheitsoperation verschieben, wenn Sie wenig Zeit haben, wenn Sie unsicher sind oder sich gerade in einer Krise befinden. Auch Körper und Gesichtszüge sollen ausgewachsen sein. Wenn Sie eine Herz-Kreislauf-Krankheit oder Nervenleiden haben, muss dies zunächst untersucht werden.



Raucher sind ein Risiko wegen schlechter Heilung.

Übertriebener Perfektionismus ist ein Problem. Auch die "Chemie" zwischen Arzt und Patienten soll stimmen, sonst hat eine kosmetische Operation wenig Sinn.

Die meisten Operationen führt Dr. Metka in ausgewählten Sanatorien in Wien oder in seiner Ordination durch. Am stärksten gefragt ist sein Können bei Gesichtskorrekturen (Nase, Facelift, Lippenvergrößerungen etc.) und Brustvergrößerungen.

Gekannte Fettabsaugungen, Peeling und das Arbeiten mit Collagen runden seine Tätigkeit ab.

Für Beratungsgespräche, die er ausschließlich persönlich durchführt, ist Dr. Metka unter den Tel. Nummern 01/585 08 00, 070/775305 oder 0664/1220000 erreichbar.

VORHER

NACHHER



OPERATION VON DR. METKA, FOTOS: WOLFGANG PABLIK



Design by: www.gablinger.at  
Prim. Dr. Wolfgang Metka • 1010 Wien • 4020 Linz • e-mail: wolfgang.metka@metka.at • homepage: www.metka.at