

Postoperative Empfehlungen nach Liposuktion und Eigenfett-Transplantation

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

Sie haben sich für einen ästhetischen oder rekonstruktiven Eingriff durch Liposuktion (auch bekannt als Aspirationslipektomie oder Fettabsaugung) bei uns entschieden. Wir bedanken uns für Ihr Vertrauen und wiederholen hier noch einmal unsere im Aufklärungsgespräch bereits besprochenen Empfehlungen, um den postoperativen Heilungsverlauf zu optimieren und Komplikationen zu vermeiden.

1. Ruhen Sie sich 1-2 Tage bewußt aus. Sie dürfen liegen, außer Sie haben gleichzeitig eine Eigenfetttransplantation bekommen. Auf diesen Regionen dürfen Sie NICHT liegen. Bitte beachten Sie dazu Punkt (11).
2. Auf der Station und später zu Hause dürfen Sie gerne aufstehen. Dies ist zur Stärkung des Kreislaufes und zur Vermeidung von Thrombosen sehr wichtig. Vermeiden Sie jedoch zuviel Aktivität oder anstrengende Hausarbeit in der ersten Woche. Bis zur Vollmobilisation (3-5 Tage) müssen Sie eine Heparin- Injektion erhalten. Wir schulen Sie gesondert dazu. Erste kleine Spaziergänge sind nach 2-3 Tagen durchaus möglich. Bitte trinken Sie 2-2,5l Mineralwasser am Tag und ernähren Sie sich leicht und salzarm.
3. Tragen Sie Ihre Kompressionswäsche bitte 23h/d für 6 Wochen. Darüber können Sie gerne bequeme Kleidung tragen. Schuhe, in die Sie ohne Bücken schlüpfen können, eignen sich in den ersten Tagen besonders gut.
4. Falls Sie Schmerzen haben, nehmen Sie z.B. Voltaren oder Ibuprofen Tabletten zum Essen ein. Bitte beachten Sie die Dosierungshinweise der Beipackzettel. Bei empfindlichem Magen oder Schmerzmittelbedarf länger als 3 Tagen verschreiben wir Ihnen gerne auch ein Magenschutzmedikament dazu.
5. Zur Abschwellung empfehlen wir Arnica Globuli für 7 Tage nach OP. Ab dem 7. Tag nach dem Eingriff können Sie Bromelain (Ananasenzyme) für die 2. und 3. postoperative Woche einmal morgens einnehmen. Das Tempo der Abschwellung nach der OP ist individuell sehr unterschiedlich und kann auch bei gleich behandelten Regionen rechts und links unterschiedlich sein. Bitte haben Sie ein wenig Geduld!
6. Die Einstichstellen werden entweder offen gelassen oder mit einem dünnen Faden verschlossen. Dieser Faden wird nach 5 d gezogen. Die im OP aufgebrachten Pflaster werden am 2. Tag entfernt und durch Papierpflaster (z.B. Micropore) ersetzt. Diese verwenden Sie bitte so lange, bis keine Krusten mehr auf den Wunden sind. Es empfiehlt sich, mit den Papierpflastern zu duschen und sie danach zu wechseln.
7. Sie dürfen bereits am 5. Tag kurz duschen. Sie dürfen und sollen auch Duschgel benutzen, jedoch bitte nur kurz. Wenn eine andere Operation mit durchgeführt wurde (z.B. Brustvergrößerung) und noch Drainagen liegen, dürfen Sie erst nach Entfernung der Drainagen duschen. Einzelne Regionen können aber durch den Operateur bereits schon früher freigegeben werden.

8. Alle abgesaugten Areale verändern sich im Laufe der Heilung. Nach einer anfänglichen Schwellung, Berührungsempfindlichkeit und ggf. Verfärbungen durch Blutergüsse werden die Regionen zunehmend weniger schmerzhaft, schwellen ab und Unebenheiten, kleine Dellen oder „Narbenzüge“ unter der Haut werden tast- und sichtbar. Das ist normal. Um eine optimale Heilung, Abschwellung, Geweberetraktion (Straffung) und glatte Oberfläche zu erreichen, können Sie sich ab ca. 10 Tagen vorsichtig mehrmals am Tag selbst massieren. Kreisende, streichende oder drückende Bewegungen sind hier eher angezeigt als klassische knetende Massagebewegungen. Die Intensität können Sie je nach Befinden steigern. Vor allem an den entleerten, konkaven Arealen ist dies wichtig (z.B. Flanken). Für eine Anregung der Durchblutung und ein gleichmäßige Oberfläche empfiehlt sich ein Massageroller. Nach 3 Monaten ist schon ein ganz wesentlicher Anteil der Schwellungen abgeklungen. In manchen Arealen (Flanken) können sich allerdings Verbesserungen der Kontur und eine zunehmende „Weichheit“ des Gewebes zeigen.
11. In den Arealen, in denen Eigenfett transplantiert wurde (Composite Brustvergrößerung, Brazilian butt lift, etc.), kann die Einheilung durch Vermeidung von Druck optimiert werden. Transplantiertes Fettgewebe ist sehr empfindlich und sollte für mindestens 3 Wochen an den Brüsten und am Gesäß optimal für 12 Wochen (mindestens für 6 Wochen) keinerlei Druck ausgesetzt werden. Dazu ist bei Eigenfett-transplantierten Brüsten eine Bauchlage und ggf. ein komprimierender BH unbedingt zu vermeiden. Beim Gesäß als Empfängerregion ist Sitzen oder Liegen auf den transplantierten Regionen „verboten“ – optimal ist konsequente Bauchlage oder Stehen. Die transplantierten Areale sollten außer der speziellen Kompressionswäsche keiner besonderen Massage oder Lymphdrainage ausgesetzt werden. Die Regionen brauchen Ruhe. Die am Anfang ggf. zu spürende „Prallheit“ oder „Härte“ der mit Fett transplantierten Regionen wird innerhalb 2-3 Wochen weicher. Sollten Sie danach einzelne Knötchen oder druckschmerzhaft Stellen beunruhigen, zeigen Sie uns diese gern im Rahmen der Nachkontrollen. Transplantiertes Fett enthält Flüssigkeit. Durch Abtransport dieser und durch einen unvermeidbaren Teilverlust des Fettes wird die Region über Wochen etwas kleiner werden als Sie es unmittelbar nach der OP sehen. Dies haben wir im Vorfeld besprochen und ist normal.

Schon bald werden Sie sich über das postoperative Ergebnis freuen können. Wir haben regelmäßige Nachschautermine vereinbart. Wenn Sie etwas beunruhigt, sprechen Sie es gerne an. In dringenden Fällen sind wir unter der **Notfallnummer 06 21-74 82 82 81** jederzeit für Sie erreichbar.

Wir danken Ihnen für Ihre Mitarbeit und wünschen beste Erholung nach dem Eingriff!