



WIE WIRD MAN FETTSCHÜRZEN LOS?

Dr. Katrin Lossagk ist Ärztliche Leiterin bei Lipocura in der Münchner Klinik mednord und der Kölner Beethoven-Klinik. Die Fachärztin für plastische und ästhetische Chirurgie spezialisierte sich bereits 2014 auf die Behandlung von Lipödemen.

Große Gewichtsabnahmen sollten oft ein Grund zum Feiern sein. Doch was, wenn sich Fettschürzen bilden? Dr. Katrin Lossagk erklärt, wie Sie die überflüssige Haut loswerden können.

„Ich traue mich gar nicht mehr, in den Spiegel zu schauen“, berichtete mir kürzlich eine 37-jährige Patientin mit ausgeprägter Fettschürze. Seit ihrer erfolgreichen Diät mit rund 25 Kilo Gewichtsverlust war zwar ihr Bauch wunschgemäß verschwunden. Doch stattdessen störte der nun entstandene, schürzenartig herunterhängende Hautüberschuss das optische Ergebnis drastisch – und setzte der Patientin psychisch erheblich zu. Unsere Haut ist elastisch – aber leider nur zu einem gewissen Maß. Manche Patienten haben das Pech, dass sich schon nach 15 Kilo Gewichtsreduktion eine Fettschürze ausbildet. Bei anderen ist die Haut selbst bei 45 Kilo weniger auf der Waage nur etwas erschlafft. Alter und Genetik entscheiden hierbei primär über die Elastizität der Haut. Ist diese sehr schwach ausgelegt, kann es bereits bei der Gewichtszunahme und nicht erst bei der Abnahme zu einer Fettschürze kommen. In dem Fall besteht so wenig Spannung in der Haut, dass der Bauch durch das Gewicht des Fettes nach unten gezogen wird.

Fettschürzen können nicht nur am Bauch entstehen. Möglich ist dieser Hautüberschuss auch in selteneren Fällen an den Oberschenkeln und -armen, an Brüsten, Rücken oder Gesäß. Ist eine erhebliche Gewichtsreduktion geplant, so sollte dies generell in einem moderaten, gesunden Tempo geschehen, niemals in einer radikalen „Blitz-Diät“. Vermindern lässt sich das Risiko späterer Fettschürzen durch Sport und Bewegung sowie Massagen. Kurzum allem, was den Kollagenaufbau stimuliert und somit dazu beitragen kann, dass sich die Fettschürze nicht zu stark ausbildet. Der Kollagensynthese hingegen wenig förderlich sind etwa Rauchen oder starke Sonneneinstrahlung. Besteht aber bereits ausgeprägter Hautüberschuss, so bringen Sport und Bewegung kaum noch etwas. Ist der Leidensdruck erheblich, so kann eine Bauchdeckenstraffung helfen, bei der der Gewebeüberschuss entfernt wird. Vielfach ist eine komplette Straffung der Bauchdecke erforderlich – mit Neueinsetzung des Bauchnabels. Das heißt: Die Bauchhaut wird nach unten gezogen und der Bauchnabel an seiner ursprünglichen Position wieder durch eine kleine Öffnung neu eingesetzt. Diese Vorgehensweise ist vor allem dann üblich, wenn im Oberbauch ein großer Hautüberschuss besteht.

Fokussiert sich das Problem mehr auf den Unterbauch und ist der Oberbauch relativ straff, so kann – wie bei meiner 37-jährigen Patientin – eine kleinere Operation ausreichen, bei der der Bauchnabel komplett in seiner Struktur belassen wird. Doch dies ist im Einzelfall, in enger Absprache mit Patienten und weiteren mitbehandelnden Ärzten zu klären. In der Regel werden die Kosten – abhängig vom operativen Aufwand zwischen 4000 und 10 000 Euro zuzüglich Klinik- und Narkosekosten – von den Krankenkassen nur in Ausnahmefällen übernommen. Dies muss individuell zuvor geklärt werden.



Expertin

Dr. Katrin Lossagk