

Wohin mit der überschüssigen Haut?

Nach größerer Gewichtsabnahme haben „Bodyliftings“ nicht nur ästhetische Gründe

Im Frühling spielen viele Menschen mit dem Gedanken, mehrere Kilos abzunehmen, um der Traumfigur für den Badestrand ein bisschen näher zu kommen. Bei zahlreichen Menschen sind einige wenige Kilogramm Gewichtsverlust jedoch nicht ausreichend. Sie kämpfen mit krankhafter Fettleibigkeit. Entschließen sie sich zur Gewichtsabnahme, haben sie nicht nur einen langen Weg bis zum Wunschgewicht, sondern vor allem bis zur „Wunschsilhouette“ vor sich. Immer mehr Menschen schaffen es durch Sport und Ernährungsumstellung oder durch bariatrische Eingriffe (Magenband oder Magenbypass) dauerhaft abzunehmen. Haben diese Menschen ihr Wunschgewicht erreicht, sind sie dennoch häufig unzufrieden.

Eine aktuelle Studie kam zu einem interessanten Ergebnis: Die Betroffenen waren zwar froh, endlich Gewicht verloren zu haben, hatten jedoch kein verbessertes Körpergefühl. Ganz im Gegenteil, sie litten nun unter der Geweberschlaffung infolge des zum Teil massiven Gewichtsverlustes. „Durch eine Straffungsoperation konnte das subjektive Körperbild verbessert werden, was folglich zu einer Steigerung der Lebensqualität und des Selbstbewusstseins führte“, sagt dazu Matthias Koller, Facharzt für plastische Chirurgie im Schloss Puchenu.



Viele Menschen träumen von einer Idealfigur.

Foto: Werner Harrer

„Aufgrund des Übergewichts war die Haut lange Zeit überdehnt. Gelingt es nun, mehrere Kilogramm abzunehmen, reduziert sich das Unterhautfettgewebe, was folglich zu einer Erschlaffung der Haut führt, da sich diese nur mehr zum Teil zurückbilden kann“, sagt Koller.

Die Gewichtsabnahme wirkt sich bei jedem Menschen unterschiedlich aus. Manche nehmen

mehrere Kilogramm ab, ohne dass das Hautgewebe erschlafft, bei anderen reicht bereits ein geringerer Gewichtsverlust aus. Dabei sind verschiedene Körperregionen betroffen.

Bei manchen Menschen sinkt die Haut an den Wangen und im Halsbereich ab, bei anderen wiederum bilden sich unschöne Hautfalten an den Oberarmen oder an den Oberschenkeln. Als beson-

ders störend werden Geweberschlaffungen auch an Brust, Bauch oder Gesäß empfunden. Nicht immer ist nur der ästhetische Aspekt allein ausschlaggebend. „Bei vielen Menschen kommt es zu funktionellen Störungen wie etwa Hauteizungen oder Infektionen, hervorgerufen durch die ständige Reibung der aufeinander liegenden Hautfalten. Patienten, die es geschafft haben, mehrere Dutzend Kilogramm abzunehmen, sind aufgrund des Hautüberschusses oftmals auch in ihrer Beweglichkeit eingeschränkt“, sagt Koller.

Angepasste Operation

Je nach Ausmaß der Geweberschlaffung werden entweder Straffungsoperationen einzelner Körperpartien oder größere Körperformungs-Operationen, so genannte Bodyliftings, durchgeführt.

Bei den Bodyliftings wird zwischen einem zentralen und einem oberen Bodylift unterschieden. Bei ersterem Eingriff werden durch einen zirkulären Schnitt in der Bikinizone Bauch, Gesäß und äußere Oberschenkel in einer Operation gestrafft. Der obere Bodylift bewirkt eine Straffung von Brust und Oberarmen. „Voraussetzung für diese Eingriffe ist, dass das Wunschgewicht mindestens sechs Monate ohne größere Schwankungen gehalten werden kann“, sagt Chirurg Koller.

„Schnitte werden so gelegt, dass Narben nicht stören“

Auf Operationen von Auswirkungen durch Gewichtsabnahmen hat sich der plastische Chirurg **Matthias Koller** spezialisiert. Für den Eingriff gibt es aber Bedingungen.



(Weihbold)

Immer mehr Menschen nehmen ab. Dabei kommt es allerdings zu Hauterschlaffung. Was kann der plastische Chirurg tun?

Koller: Durch Straffungsoperationen kann erschlaffte Haut reduziert und gleichzeitig abgesunkenes Gewebe angehoben werden. Das Ergebnis ist eine deutlich verbesserte Kontur der behandelten Körperregion.

Welche Bedingungen müssen für den Eingriff erfüllt sein?

Der Betroffene muss das Gewicht mindestens sechs Monate lang ohne größere Schwankungen halten.

Wie sieht es mit der Problematik der Narbenbildung aus?

Die Schnitte werden vom Operateur so platziert, dass sie am wenigsten stören, beziehungsweise nicht gleich auf den ersten Blick ersichtlich sind. Sehr wichtig ist nach dem Eingriff auch eine entsprechende Pflege der Narbe mit täglicher Massage, Auftragen einer Salbe sowie bei Sonne ein Schutzfaktor von mindestens 50.

WERBUNG

Rehabilitation nach Sportverletzungen im Moorheilbad Harbach

Bänderrisse, Schulterverletzungen oder Brüche – Sportunfälle nehmen zu: „Zurück zu Koordination, Ausdauer, Kraft und Selbstvertrauen“ ist das Ziel der Sportrehabilitation.



Wiederherstellung des ursprünglichen Trainingszustandes nach (Sport-)Verletzungen im Moorheilbad Harbach.

Kommt es zu einem Sportunfall, werden viele Menschen, die aktiv im Leben stehen und sich sportlich betätigen, aus dem gewohnten Rhythmus, dem geregelten Tagesablauf und dem Trainingsalltag gerissen. Die Betroffenen wünschen sich, die Verletzung möge vollständig ausheilen und daneben die generelle Ausdauerleistung und Muskelkraft weitgehend erhalten bleiben. Zur vollständigen

Wiederherstellung der Mobilität in Beruf und Freizeit ist eine (postoperative) Rehabilitation unverzichtbar, andernfalls besteht ein hohes Risiko für eine Wiederverletzung.

Rehabilitation im Moorheilbad Harbach

Im Moorheilbad Harbach wurden spezielle sporttherapeutische Programme entwickelt, die parallel zur klassischen orthopädischen Rehabilitation und zum Wirbelsäulenzentrum angeboten werden.

„Aufgabe der Sportrehabilitation ist es nicht nur, den verletzten Körperteil schnellst- und bestmöglich wiederherzustellen, sondern auch dem Abbau der Ausdauerleistung und der Muskulatur mit maßgeschneiderten und sportspezifischen Therapien entgegenzuwirken. Dafür

sind 3 Wochen Rehabilitation ideal“, erklärt Prim. Dr. Johannes Püspök, ärztlicher Leiter des Moorheilbades Harbach.

Daher wird gleich zu Beginn, zusätzlich zu den „klassischen“ orthopädischen Therapien, auf Basis einer sportmedizinischen Leistungseinschätzung, ein individuell angepasstes Trainingsprogramm erarbeitet. Es umfasst Einzelheilgymnastik, Strombehandlungen, Wärme- oder Kältherapien, Ausdauer-, Kraft- und Koordinationstraining, aber auch Trainingstipps für zu Hause. Wichtiger Teil der Behandlung im Moorheilbad Harbach ist das Aufarbeiten der Verletzung und das Wissen, wie viel Zeit man dem Körper zur Genesung geben muss.

Rundum Wohlfühlen

Neben der schönen Waldviertler Landschaft tragen die gesunde



Erholen und neue Kraft tanken spielen eine wesentliche Rolle für den Therapieerfolg.

Fotos: Xundheitswelt

und ausgewogene Ernährung mit regionalen biologischen Produkten sowie die ausgedehnte Bade-

und Saunalandschaft mit Whirlpool zum Entspannen und Regenerieren bei.

INFORMATION & BUCHUNG

Moorheilbad Harbach
Gesundheits- und Rehabilitationszentrum
3970 Moorbad Harbach
Tel. +43 (0)2858/5255-0
info@moorheilbad-harbach.at
www.moorheilbad-harbach.at



1-wöchiges-Intensivpaket RASCH ZURÜCK ZUM SPORT

€ 1.150,-
PAUSCHALPREIS im EZ

Leistungen & Programm

- 7 Übernachtungen mit xunder Vollpension
- Freie Nutzung des Wohlfühlbereichs
- Eingehende ärztl. Untersuchung (25 Min.)
- 3 Einheiten Einzel-Heilgymnastik
- 2 Einheiten sportartenspezifische Einzelgymnastik
- 3 Einheiten Muskelaufbau Rehabilitation oder geräteunterstützte Mobilisation nach Empfehlung des Physiotherapeuten

- 2 Heilmassagen teil inklusive Infrarot
- 3 Einheiten Ergometertraining oder Laufbandtechnik nach Empfehlung des Physiotherapeuten
- 1 betreute Einheit im Fitnessraum
- Ärztliches Endgespräch
- Abschließender ärztlicher Befundbericht



3970 Moorbad Harbach · Tel. +43 (0)2858/5255-1620 · www.moorheilbad-harbach.at