

Back to Nature

*Galten vor einigen Jahren üppige Oberweiten als
Schönheitsideal, so geht der Trend heute in die andere
Richtung: Natürlichkeit ist das neue Maß für die weibliche
Sehnsucht nach dem Traumbusen.*



von Manuela Ottawa | Fotos: Peter Provaznik

Gerade beim Sport kann die Verkleinerung von übergroßen Brüsten ein neues Freiheitsgefühl bedeuten.

Auch wenn Brustvergrößerungen mit Implantaten weltweit immer noch zu den häufigsten Schönheitsoperationen gehören, wollen immer mehr Frauen wieder kleinere Brüste. In den USA ist dieser Trend schon seit einigen Jahren zu beobachten. Der Wunsch nach Natürlichkeit und Body Positivity – also die positive Einstellung zum eigenen Körper mit seinen individuellen Besonderheiten, unabhängig von Schönheitsidealen – inspiriert diese Entwicklung, die sich mittlerweile auch in unseren Breiten bemerkbar macht.

Dass Frauen verstärkt „back to nature“ – zurück zur Natur – gehen, beobachtet auch Dr.ⁱⁿ Claudia Gschnitzer, Fachärztin für plastische, rekonstruktive und ästhetische Chirurgie: „Immer mehr wollen sich nach Brustvergrößerungen die Implantate wieder entfernen lassen und sich davon befreien, Fremdkörper in den Brüsten zu haben.“ Das gemeinsam erklärte Ziel ist dann meist eine wohlgeformte, natürliche Brust, die zum Körper passt. „Wenn genügend Eigengewebe da ist, lassen sich auch ohne Implantate schöne Brüste formen“, sagt die Wiener Schönheitschirurgin, die bereits seit vielen Jahren auf die Philosophie einer „achtsamen Ästhetik“ setzt. Sie erklärt den steigenden Trend weg von Implantaten mit weiteren Argumenten: „Ein Implantat muss irgendwann auch wieder gewechselt werden. Erstens haben Implantate eine begrenzte Lebensdauer – empfohlen wird ein Wechsel nach spätestens 15 Jahren –, und zweitens verändert sich auch die Brust selbst durch das Gewicht des Implantats.“

Brustverkleinerung: Leben mit Leichtigkeit

Es sind aber nicht nur ästhetische Gründe, die zur Brustverkleinerung motivieren. Große Brüste können für den Körper auch zur Last werden, wie Dr.ⁱⁿ Gschnitzer bestätigt: „Sind die Brüste im Verhältnis zur Körpergröße zu groß und vor allem zu schwer, kann das Rückenschmerzen und Belastungen der Wirbelsäule zur Folge haben. Ekzeme in der Unterbrustfalte und schmerzhaft einschneidende BH-Träger gehören ebenfalls zum Alltag von Frauen mit großen Brüsten.“ Aber auch psychische Belastungen und Einschränkungen in der Freizeitgestaltung sind häufig mit einer zu großen Oberweite verbunden. „Eine Verkleinerung der Brust fördert meist ein neues Körper- und Selbstbewusstsein. Für Frauen, die zuvor unter ihren großen Brüsten gelitten haben, bedeutet das ein neues Lebensgefühl.“ In vielen Fällen übernimmt die Krankenkasse die Kosten für eine Mammareduktionsplastik, so die medizinische Bezeichnung für eine Brustverkleinerung – oder zumindest einen Teil davon. „Ab einer Entfernung von 500 Gramm Brustdrüsengewebe pro Seite besteht eine gute Chance, dass eine Mammareduktionsplastik vom Chefarzt bewilligt wird“, so Dr.ⁱⁿ Gschnitzer.

Bruststraffung: Festigkeit für mehr Selbstbewusstsein

Aber auch Veränderungen der Brust nach Schwangerschaften, massiven Gewichtsverlusten oder in den Wechseljahren kratzen am weiblichen Selbstbewusstsein. „Mit zunehmendem Alter und in Abhängigkeit von Schwere und Größe der Brust, von Gewichtsschwankungen und Schwangerschaften lassen das Bindegewebe und somit die Spannkraft nach. Die Brust senkt sich“, erklärt Dr.ⁱⁿ Claudia Gschnitzer. Durch die verringerte Produktion von Östrogen in den Wechseljahren nimmt das Volumen des Brustgewebes ab, dafür lagert der Körper mehr Fett ein. Das vermindert die Hautspannung und die Elastizität. Die Brüste sinken weiter ab und hängen stärker.





„Es gibt aber auch schon junge, kinderlose Frauen, die unter erschlafften Brüsten leiden“, unterstreicht Dr.ⁱⁿ Gschnitzer die Tatsache, dass genetische Faktoren auch unabhängig vom Alter zum Hängebusen beitragen können. Die zielführende Methode zu mehr Festigkeit ist die Bruststraffung. „Bei einer Bruststraffung, sehr oft auch in Kombination mit einer Brustverkleinerung, werden die Brüste so umgeformt, dass sie wieder in ihre ursprüngliche Lage gebracht werden und überschüssige Haut reduziert wird“, beschreibt die Chirurgin den Eingriff. Auch Asymmetrien der Brust können mithilfe einer Straffung in

Kombination mit einer Reduktion der Brust ausgeglichen, die Warzenhöfe bei Bedarf angeglichen werden. Eine erfreuliche Begleiterscheinung gestraffter Brüste, die nicht mehr nach unten ziehen: ein schönes Dekolleté.

Welches „Problem“ auch immer zum Wunsch nach einer Brust-OP führt: Letztlich zählt das Ergebnis. Dr.ⁱⁿ Gschnitzer setzt wie bei all ihren Behandlungen auf Natürlichkeit. „Der Busen soll schließlich zum Gesamtbild des Körpers passen und nicht ‚operiert‘ aussehen.“



Wenn eine Patientin mit dem Wunsch nach einer Brust-OP zu Ihnen kommt, welcher ist der erste Schritt?

Im Rahmen einer Erstberatung geht es zunächst einmal darum, auf die individuelle Situation und die Erwartungen der Patientin einzugehen. Ich versuche herauszufinden, was sich die Patientin wünscht, wie groß ihr Leidensdruck ist und ob ich ihr den Wunsch erfüllen kann. Nach dieser ausführlichen Anamnese erkläre ich die möglichen Methoden, die zu einem schönen, natürlichen Ergebnis führen können. Danach plane ich mit der Patientin den Eingriff. Dabei wird der aktuelle Zustand der Brust erfasst, gemessen und gemeinsam beschlossen, wie das zukünftige Ergebnis sein soll.

Interview mit Dr.ⁱⁿ Claudia Gschnitzer

– Fachärztin für plastische, ästhetische und rekonstruktive Chirurgie

Besteht dabei nicht die Gefahr eines Missverständnisses hinsichtlich der Vorstellung über das Ergebnis nach dem Eingriff?

Um das zu vermeiden, ist es mir ganz wichtig, das zu erwartende Ergebnis genau zu erklären und mehrmals nachzufragen, ob es auch den Erwartungen der Patientin entspricht. Zudem habe ich auch die Möglichkeit, mit einem 3-D-Simulationsgerät in meiner Praxis den Eingriff zu simulieren und der Patientin eine Vorstellung vom möglichen Ergebnis zu visualisieren. Dabei ist allerdings zu beachten, dass eine Simulation nie exakt dem tatsächlichen Ergebnis entsprechen kann. Das reale Ergebnis einer Brustoperation ist von vielen Faktoren abhängig und immer sehr individuell. Eine Simulation ist nicht imstande, all diese Faktoren zu berücksichtigen, kann aber durchaus eine Unterstützung bei der Erstberatung sein, um den Wunsch der Patientin noch besser erfassen zu können.