



Dr. med. Doris E. Strasser

Fachärztin für Plastische, Rekonstruktive und Ästhetische Chirurgie

Oberarmstraffung

Durch starke Gewichtsabnahme oder als Teil des Alterungsprozesses verliert die Haut an den Oberarmen/Oberschenkeln an Spannkraft und hängt erschlafft herunter. Dies ist nicht nur unschön, sondern kann auch zu Hautreizungen führen (v.a. in der Leistenregion) und die Beweglichkeit einschränken. Bei grossem Fettdepot, wie sie v.a. an Oberschenkeln und Hüfte vorkommt, lässt sich der Eingriff auch mit einer Liposuction kombinieren.

Operationstechnik

Der Eingriff erfolgt unter Vollnarkose. In einem ersten Schritt wird die Schnittführung an den Armen vom unteren Oberarmbereich mit Verlängerung in die Achselhöhle resp. an den Beinen von der Kniekehle aus mit möglicher Verlängerung in die Leistenregion eingezeichnet. Je nach Fettdepots wird nun eine Liposuction durchgeführt: diese hat den Vorteil, dass sie im Vergleich zum blossen Herausschneiden des Haut-Fettgewebes die Lymphgefässe vermehrt schont und somit nach der Operation eine verbesserte Lymphdrainage und somit verminderte Schwellungsneigung aufweist.

Vor der Operation

Auf Medikamente, die blutgerinnungshemmend wirken wie Aspirin oder Aspégic, sollten Sie mindestens 14 Tage vor der Operation verzichten. Ebenfalls zu vermeiden sind Schlafmittel, Alkohol und Zigaretten (Nikotin vermindert die Durchblutung der Haut resp. Organe und verzögert dadurch die Wundheilung). Weitere Hinweise und Abklärungen werden während der Konsultation in der Praxis besprochen.

Nach der Operation

Während der Operation können sogenannte Wunddrainage-Röhrchen, die das Blut- und Wundsekret ableiten, eingelegt werden, die je nach Fördermenge nach 24–48 Stunden entfernt werden. Nach dem Eingriff muss 6 Wochen ein spezieller Kompressionsärmel resp. -hose getragen werden. Ein vermehrtes Anheben/Abspreizen der Arme und der Beine soll vermieden werden, da ansonsten eine zu grosse Spannung auf den Narben entsteht. Grundsätzlich körperliche Schonung für ca. 4 Wochen, schwere Arbeiten sind in dieser Zeit zu vermeiden.

Komplikationen/Nebenwirkungen

Es ist mit Schwellungen und Blutergüssen sowie Taubheitsgefühl zu rechnen, diese klingen aber innert Wochen zunehmend ab. Selten kann es auch zu einer Stauung der Lymphflüssigkeit kommen, die zum Teil durch eine Punktion entfernt werden muss.

Wundheilungsstörungen v.a. im Bereich der Leiste sowie selten auch Infektionen sind möglich.

Das Wichtigste in Kürze

Operations-Dauer:	2 Stunden
Narkose:	Vollnarkose
Klinikaufenthalt:	1-2 Nächte
Nachbehandlung:	Kompressionsärmel resp. -hose für 6 Wochen
Sportverbot:	4-6 Wochen
Gesellschaftsfähigkeit:	nach 1-2 Wochen
Arbeitsunfähigkeit:	ca. 2 Wochen