



DR. PIRKKO  
SCHUPPAN

## RATGEBER IM ÜBERBLICK ZUR FETTABSaugUNG



Ein gesunder Lebensstil bestehend aus einer ausgewogenen, bewussten Ernährung und sportlicher Aktivitäten gewinnt heutzutage immer mehr an Bedeutung. Für viele zählt Fitness zum individuellen Wohlbefinden untrennbar dazu. Neben dem Aspekt, sich fit zu fühlen, besteht auch vielfach der Wunsch, ebenso aktiv und jung auszusehen. Trotz einer gesunden Ernährung und Sport können hartnäckige Fettdepots bestehen bleiben und diesem individuellen Idealbild entgegenstehen. Mithilfe einer Fettabsaugung (Liposuktion) lassen sich diese unliebsamen Fettzellen dauerhaft aus dem Körper entfernen. Das Ergebnis ist häufig nicht nur eine schlankere, harmonische Körpersilhouette, sondern auch ein gesteigertes Wohlbefinden. Folgend möchte ich Ihnen einen übersichtlichen Kurzratgeber zur Fettabsaugung geben.

*Ihre Dr. Pirkko Schuppan*

### Welche typischen Gründe für eine Fettabsaugung gibt es?

In der Regel erfolgen Liposuktionen aus einer rein ästhetischen Motivation heraus. Entgegen einer weitverbreiteten Annahme ist die Fettabsaugung jedoch keine Behandlungsmethode bei Übergewicht. Teilweise sind lokale Fettdepots diät- und sportresistent, sodass weder eine gesunde Ernährung noch Bewegung zur harmonischen Wunschfigur verhelfen können. Die Liposuktion bietet in diesem Fall eine Möglichkeit, die störenden Fettansammlungen effektiv zu entfernen.

Zudem können körpereigene Fettzellen für verschiedene ästhetische Behandlungen verwendet werden, darunter die Faltenbehandlung, die Brustvergrößerung und intimchirurgische Eingriffe. Seltener sprechen gesundheitliche Indikationen für eine Liposuktion. Ein Beispiel hierfür ist das Lipödem.

### Wie bereite ich mich gut auf den Eingriff vor?

1. Individuelle Beratung und Planung der Behandlung
2. Medikamente und Mittel, die die Blutungsneigung erhöhen, nach Möglichkeit 1 Woche vor dem Eingriff absetzen (u. a. Johanniskraut, hochdosiertes Vitamin C, pinke Grapefruit, Chia-Samen, Arnika, Aspirin)
3. Ausmessen und Anpassen der Kompressionsbekleidung, damit sie nach der OP perfekt sitzt
4. Rasieren am OP-Tag



5. Gründliches Reinigen der Behandlungsareale  
*Hinweis: Wird die Fettabsaugung im Venushügelbereich durchgeführt oder mit einer Eigenfettbehandlung vorgenommen, empfehle ich das Waschen mit einem speziellen Duschgel, um die Keimlast zu reduzieren (geringeres Infektionsrisiko, besseres Einheilen des Fettgewebes)*
6. Gewicht muss vor der OP konstant sein. Ist eine Gewichtsreduktion angedacht, sollte diese zuvor stattfinden, jedoch nicht unmittelbar vor der Fettabsaugung, damit die Haut genug Zeit hat, sich zusammenzuziehen

## Narkose, Dauer und stationärer Aufenthalt

- Örtliche Betäubung, Dämmerschlafnarkose oder Vollnarkose
- OP-Dauer: 30–120 Minuten (variiert je nach Umfang des Eingriffs)
- Ambulant oder stationär

## Ablauf der Fettabsaugung

In meiner Praxis führe ich die Fettabsaugung mit der schonenden WAL-Methode (die Wasserstrahl-assistierte Liposuktion) durch. Über winzige Hautschnitte wird eine feine Kanüle in das Gewebe geführt. Kontrolliert löst ein Wasserstrahl die störenden Fettzellen aus dem Gewebe. Sogleich wird das eingebrachte Wasser mitsamt der Fettzellen wieder aus dem Körper abgesaugt. Mit dieser Technik lässt sich das entsprechende Areal bereits während der Behandlung harmonisch konturieren. Zudem stellt die WAL eine geringere Belastung für den Körper dar als die herkömmliche Tumeszenztechnik.

## Was muss ich nach dem Eingriff beachten?

- Kompressionsbekleidung wird im OP angepasst
- Tragen der Kompressionskleidung: 6 Wochen
- Erste Tage und (vor allem) Nächte nach der OP: Restwasser kann noch aus den Behandlungsstellen austreten. Das ist völlig normal und muss Sie nicht beunruhigen. Sie erhalten von mir eine spezielle Unterlage, die Ihr Bett vor dem austretenden Restwasser schützt. Zudem gebe ich Ihnen die Thromboosespritzen sowie alle benötigten Schmerzmedikamente für die ersten Tage nach der OP mit. Für Notfälle händige ich Ihnen eine Telefonnummer aus, unter der Sie mich jederzeit erreichen können.

Alle Schmerzmedikamente und Cremes, die Sie benötigen, erhalten Sie von mir. Zudem gebe ich Ihnen eine Notfall-Telefonnummer mit, unter der Sie mich jederzeit erreichen können!

## Gibt es Risiken bei einer Fettabsaugung?

- Vorübergehende Schwellungen, Rötungen und blaue Flecken klingen meist binnen weniger Wochen wieder vollständig ab
- Äußerst selten: Schwere Komplikationen (z. B. Nachblutungen) oder Dellenbildungen

Alle weiteren wichtigen Details zur Fettabsaugung gehe ich mit Ihnen im Rahmen der persönlichen Beratung in diskreter Gesprächsatmosphäre durch. Bei Fragen können Sie mich und mein Praxisteam natürlich jederzeit kontaktieren. Mein Praxisteam steht Ihnen täglich von 8 bis 18 Uhr telefonisch unter der Nummer 0221 25 778 38 sowie per E-Mail zur Verfügung unter folgendem Link: [info@Dr-Pirkko-Schuppan.de](mailto:info@Dr-Pirkko-Schuppan.de) .