



DIE SCHÖNHEITSCHIRURGIN - Dr. Sabine Apfolterer, MBA  
T: +43 1 353 1449 - E: [termine@dieschoenheitschirurgin.at](mailto:termine@dieschoenheitschirurgin.at) - W: [dieschoenheitschirurgin.at](http://dieschoenheitschirurgin.at)

## Checkliste: Gynäkomastie

Lieber Patient,

Du hast Dich für eine Gynäkomastieoperation in unserem Hause entschieden. Wir danken Dir für Dein Vertrauen!

Bei einer Gynäkomastieoperation wird entweder das überschüssige Fettgewebe der männlichen Brust abgesaugt oder (und) ein Großteil des Drüsenkörpers entfernt. Wenn es gewünscht wird, kann man das gewonnene Eigenfett in den Brustmuskel einspritzen, um den Eindruck eines trainierten Brustmuskels zu erzeugen. Bei zusätzlichem Hautüberschuss kann der Hautmantel ebenfalls gestrafft werden.

Dabei entstehen kleine Narben am Warzenvorhof. Diese sind entweder ganz klein, wenn nur abgesaugt wird, können jedoch auch rund um den Warzenvorhof laufen, wenn zusätzlich Haut entfernt werden soll. Die Narben verblassen im Laufe der Zeit und werden von den Patienten gut akzeptiert.

Für Deinen Komfort wird die Operation in Vollnarkose durchgeführt. Auf Wunsch kann die Behandlung auch in lokaler Betäubung / Dämmer Schlaf erfolgen. Die Operation findet tageschirurgisch bzw. mit einer Nacht Aufenthalt statt. Wir bitten Dich, einen Heimfahrtendienst zu organisieren (wir empfehlen privaten oder ein Taxi, von öffentlichen Transportmitteln ist nach der Operation abzuraten).

Die Narkosefreigabe (sowohl für Dämmer Schlaf als auch für die Vollnarkose erforderlich) wird von unserem Narkosearzt erteilt, der Dir gleichzeitig Blut abnimmt und die nötigen Untersuchungen vornimmt. Wir organisieren gerne einen Termin mit unserem Narkosearzt.

Die genauen Kosten werden beim Beratungsgespräch erörtert und sind vom Operationsaufwand abhängig. Ungefähre Preise kannst Du aus unserer Preisliste entnehmen.

Während dem Beratungs-, sowie während des OP-Gesprächs hast Du ausreichend Zeit Fragen zu stellen. Der Aufklärungs- und Einwilligungsbogen wird nach dem Beratungsgespräch mitgegeben und ist zum Operationsgespräch ausgefüllt mitzunehmen. Für Fragen stehen wir Dir selbstverständlich gerne jederzeit unter +43 676 4464776 oder +43 1 353 1449 bzw. per Mail unter [termine@dieschoenheitschirurgin.at](mailto:termine@dieschoenheitschirurgin.at) zur Verfügung!

Wir bitten Dich, nachfolgende Hinweise zu beachten.

Dr. Sabine Apfolterer, MBA

## **VOR DER BEHANDLUNG**

- Schon vor Deiner Operation kannst Du unterstützend zu einem komplikationslosen postoperativen Verlauf beitragen. Dusche Dich 5 Tage vor Deiner geplanten Operation 1x täglich mit der Octenisan Waschlotion, die Du von uns nach dem OP-Gespräch erhalten hast. Octenisan Waschlotion ist eine milde und schonende Waschlotion für Haut und Haare und sollte 1 Minute auf der Haut / den Haaren einwirken. Nach 5 Tagen ist die Keimzahl durch die Anwendung der Waschlotion deutlich vermindert und Du bist optimal für Deinen operativen Eingriff vorbereitet.
- Bitte komme am Tag der Operation nüchtern in die Ordination. Das heißt, essen ist bis 6 Stunden vor der Operation erlaubt, Wasser darfst Du bis 3 Stunden vor der Operation trinken. Ziehe bequeme Kleidung an, am besten einen Jogginganzug oder ähnliches. Nimm Dir etwas zum Lesen oder ein wenig Musik zur Überbrückung der möglichen Wartezeit mit. Du wirst gebeten, ca. 2 h vor der geplanten OP in der Ordination zu sein, um alle Formalitäten und Voruntersuchungen (Blutdruck messen, etc.) in Ruhe erledigen zu können. Bitte nimm Dir ausreichend Zeit mit, selten kann es durch Voroperationen zu Verzögerungen kommen.
- Du solltest bereits 10 Tage vor Deinem Termin keine blutverdünnenden Medikamente (z.B. Aspirin, Thomapyrin,) einnehmen. Sind die blutverdünnenden Medikamente von Deinem Hausarzt verordnet, kläre bitte im Vorhinein, wie Du die Medikamente pausieren bzw. ersetzen sollst (Marcumar, Plavix, o.ä.).
- Wir passen vor der Operation ein gutschitzendes Kompressionshemd an. Die Kompressionswäsche bekommst Du von uns nach der Operation angelegt.
- Vor der Operation werden wir noch einmal den Ablauf im Detail besprechen. Es werden Fotos zur Dokumentation angefertigt.
- Falls Du nervös, oder aufgeregert bist, verabreichen wir bei Ankunft in der Ordination eine Beruhigungstablette. Gerne können wir auch für den Tag vor der Operation etwas verschreiben.
- Um einen möglichst komplikationslosen Heilungsverlauf zu unterstützen, bitten wir Dich, mindestens 2 Wochen vor bis 2 Wochen nach dem Eingriff nicht zu rauchen bzw. das Rauchen so gut wie möglich zu reduzieren.

## **WÄHREND DER BEHANDLUNG**

- Die Operation dauert je nach Aufwand 1,5-2,5 Stunden.
- Während der Operation hast Du keine Schmerzen.
- Die Naht wird mit Streifenpflaster (Steristrip) und zusätzlichen Pflastern versorgt. Du bekommst ggf. zusätzlich zum Kompressionshemd für 2-3 Tage einen Schaumstoffverband angelegt, dieser ist am Anfang etwas schwierig unter der Kleidung zu verstecken.
- Wenn Du stärker blutest, dann bekommst Du für 1-2 Tage eine Redondrainage (ein kleiner Schlauch über den Wundflüssigkeit ablaufen kann). Keine Sorge, das Ziehen ist ein wenig unangenehm, bereitet jedoch keine Schmerzen.

## NACH DER BEHANDLUNG

- Du wirst keine starken Schmerzen haben, jedoch ist ein leicht, bis mäßig brennender Wundschmerz in den ersten Tagen nach der Operation normal. Viele PatientInnen vergleichen den Schmerz mit einer Prellung, oder Muskelkater. Sollten stärkere Schmerzen auftreten, dann bitte ich Dich, dass Du Dich umgehend bei uns meldest. Als Schmerzmittel kannst Du Ibuprofen, Mexalen (Paracetamol), Novalgin oder Parkemed, bzw. Seractil verwenden. Bitte verzichte auf Aspirin oder Thomapyrin.
- In den ersten Stunden nach der OP ist eine leichte Sekretion aus der Naht normal. Die Pflaster können dadurch leicht blutig werden. Das sollte Dich nicht beunruhigen. Sollte ein Pflaster sehr blutig durchtränkt sein, bzw. eine Brust deutlich anschwellen, dann bitten wir Dich, dass Du Dich umgehend bei uns meldest.
- Das Kompressionshemd wird Dir angelegt, bevor Du heimgehst. Du solltest es für 6 Wochen Tag und Nacht tragen, kannst es allerdings jederzeit zum Waschen und Trocknen ausziehen. In der Zwischenzeit muss keine Wäsche getragen werden.
- Wir empfehlen Dir Ruhe in den ersten 5 Tagen nach der OP. Du darfst die Arme frei bewegen, solltest jedoch den Brustmuskel nicht anstrengen. Leichte Einkaufstaschen und Handtaschen darfst Du heben und tragen. Liebe Papas, Babies und Kleinkinder sollten nicht getragen werden, Du kannst sie jedoch auf den Wickeltisch heben.
- Lymphdrainagen ab dem 2. Tag nach der Operation können den Heilungsverlauf beschleunigen. Die Lymphdrainage ist nicht schmerzhaft, eine sehr sanfte Behandlung und kann über unsere Ordination gebucht werden.
- Am 1.-2. Tag nach der Operation werde ich die Wunden kontrollieren und die Pflaster wechseln. Nach 1-2 Woche hast Du Duscherlaubnis. Bis dahin sollten die Pflaster nicht nass werden.
- Nach ca. 2 Wochen entfernen wir die Fadenknoten und Du kannst die Narbenmassage mit einem Narbengel beginnen. Gerne empfehlen wir Dir hierfür spezielle Narbenpflegeprodukte. Die Narbe sollte 6 Monate vor UV-Strahlung (Sonne und Solarium) durch Abdecken bzw. Sunblocker (SSF 40+) geschützt werden. Für eine besonders schöne Narbenheilung können wir ab der 4. Woche mit einer Laserbehandlung beginnen.
- Üblicherweise bist Du 1 Woche nach der OP wieder arbeitsfähig (Bürojob). Solltest Du einen handwerklichen Beruf haben, empfehlen wir 2 Wochen Ruhe.
- Vermeide Hitze (Sauna) und sportliche Aktivität für 6 Wochen. Mit leichtem Sport (Walken, Radfahren, ...) kann schon nach 2 Wochen begonnen werden. Es sollte jedoch zu keiner zu starker Belastung des Brustmuskels kommen (z.B. durch starke Anstrengung oder Heben von Gewichten). Baden im Meer ist nach 4 Wochen, schwimmen im Pool und Freibad nach 6 Wochen wieder erlaubt.
- Massagen können nach 6 Wochen wieder wahrgenommen werden. Wir empfehlen unter Schulter und Bauch ein Handtuch zu legen, um die Brust zu entlasten.
- Auch wenn Du schnell wieder gesellschaftsfähig bist, dauert es eine Weile bis der Operationserfolg vollständig sichtbar ist. Über das Endergebnis kannst Du Dich 6 Monate nach der Operation in vollen Zügen freuen.