plastetik

DR. MED. HANS-HERMANN WÖRL



PATIENTENINFORMATION

Brustchirurgie

Alles Wichtige zur Behandlung, zur Vorbereitung, zum OP-Tag und zur Heilung – zum Nachlesen in Ruhe und als Grundlage für Ihr Beratungsgespräch.

Plastetik GmbH · Bürgerstraße 14 · 81925 München · info@dr-woerl.de

Stand 02.11.2026

Brustchirurgie – eine Form, die zu Ihnen passt

Ob Straffung, Verkleinerung oder Vergrößerung: Brustchirurgische Eingriffe verlangen ein besonderes ästhetisches Gespür und große Erfahrung. Ziel ist ein Ergebnis, das zu Ihrem individuellen Erscheinungsbild passt.

EINGRIFFE	PLANUNG	KOMBINATION	AUFKLÄRUNG
Straffung, Verkleinerung, Vergrößerung	individuell, auch computergestützt	Straffung mit Volumenänderung möglich	ausführlich vor jeder OP

Nach einer Schwangerschaft oder durch einen altersbedingten Elastizitätsverlust büßt die Brust an Spannkraft ein. Bei anderen Frauen wirkt die Brust im Verhältnis zum Körperbau zu üppig, und das Gewicht schwerer Brüste führt zu Haltungsschäden und Rückenschmerzen. Oder es besteht der Wunsch nach mehr Volumen. In all diesen Fällen lässt sich eine formschöne Brust erreichen, die zu Ihnen und Ihrer Körpersilhouette passt.

Dabei können Sie sich auf langjährige Erfahrung – auch aus der rekonstruktiven Brustchirurgie – und auf mein Gespür für Proportionen und Natürlichkeit verlassen.

Bruststraffung

Mit einer Bruststraffung (Mastopexie) bringe ich die Brust wieder in eine straffere, jugendliche Form und in eine höhere Position. In der Regel setze ich dabei auf eine Bruststraffung mit innerem BH: Das körpereigene Drüsengewebe wird so geformt und gestützt, dass die Brust von innen getragen wird. Diese Technik zielt auf ein lang anhaltendes Ergebnis.

Eine Straffung lässt sich mit einer Verkleinerung oder einer Vergrößerung kombinieren, wenn neben der Form auch das Volumen verändert werden soll.

Brustverkleinerung

Sehr große Brüste sind oft eine körperliche Belastung: Schulter- und Nackenschmerzen, Einschnürungen durch BH-Träger, Hautreizungen in der Unterbrustfalte und Einschränkungen beim Sport. Zur Entlastung setze ich moderne OP-Methoden ein, die in der Regel gewährleisten, dass die Sensibilität der Brustwarze ebenso wie die Stillfähigkeit erhalten bleibt.

Bei ausgeprägten Beschwerden kann die Brustverkleinerung medizinisch begründet sein. Ob eine Kostenübernahme durch die Krankenkasse in Frage kommt, klären wir im Einzelfall.

Brustvergrößerung

Moderne Implantate, computergestützte Planungsmöglichkeiten und schonende Operationstechniken zeichnen die heutige Brustvergrößerung aus. Ich verwende ausschließlich Implantate renommierter Hersteller mit höchsten Sicherheitsstandards. Größe, Form und Lage des Implantats wählen wir gemeinsam so, dass das Ergebnis zu Ihren Proportionen passt – nicht zu einem Trend.

Bruststraffung im Detail

Bei der Straffung wird der Hautmantel verkleinert und die Brustwarze an die richtige Position gehoben – das Volumen bleibt weitgehend erhalten. Wie lang die Narben werden, hängt davon ab, wie stark die Brust abgesunken ist:

- **um den Warzenhof** bei geringer Senkung
- **um den Warzenhof und senkrecht nach unten** („Lollipop“) bei mittlerer Senkung
- **zusätzlich in der Unterbrustfalte** („umgekehrtes T“) bei stark hängender Brust

Durch eine spezielle Nahttechnik wird das Drüsengewebe innen gestützt („innerer BH“). Bei stabilem Gewicht hält eine Straffung viele Jahre; später kann über die alten Narben nachgestrafft werden.

Brustverkleinerung im Detail

Bei sehr großen Brüsten wird Drüsen-, Fett- und Hautgewebe entfernt und die Brust neu geformt. Häufig genügt eine Technik mit Schnitt um den Warzenhof und senkrecht nach unten; bei sehr großen, weichen Brüsten ist zusätzlich ein Schnitt in der Unterbrustfalte nötig. Weil das Gewebe in den ersten Wochen etwas absinkt, wird die Brust bei der Operation bewusst etwas höher geformt als das Endergebnis.

Implantat oder Eigenfett?

Neben Implantaten ist auch ein Aufbau mit Eigenfett möglich: Fett wird an Bauch, Hüfte oder Oberschenkeln abgesaugt, aufbereitet und in die Brust eingebracht. Die Methode hat Grenzen: Die erreichbare Vergrößerung ist moderat, ein Teil des Fetts wird abgebaut, und sie setzt genügend Fettreserven voraus. Zudem kann transplantiertes Fett die Beurteilung späterer Mammographien erschweren. Wir besprechen offen, welcher Weg zu Ihnen passt.

Implantate: Form, Lage, Zugang

- **Form:** runde Implantate betonen den oberen Brustpol, anatomisch geformte wirken oft natürlicher, können sich aber drehen.
- **Lage:** über oder (teilweise) unter dem Brustmuskel – abhängig vom vorhandenen Gewebe.
- **Zugang:** meist in der Unterbrustfalte, alternativ am Rand des Warzenhofs oder in der Achsel.
- **Probe vor der Entscheidung:** In der Beratung lassen sich verschiedene Größen mit Probe-Implantaten im BH vergleichen.

Wann ein Implantat gewechselt werden sollte und was eine Kapselfibrose ist, lesen Sie unter Implantatwechsel und Kapselfibrose. Für Männer: Männerbrust (Gynäkomastie).

Das können Sie erwarten

- Langjährige Erfahrung und hohe fachmedizinische Expertise
- Eine ausführliche Beratung, um gemeinsam die individuell richtige Lösung zu finden
- Moderne, gewebeschonende OP-Techniken, mit höchster Präzision ausgeführt
- Ein harmonisches, natürlich wirkendes Ergebnis, das sich in die Körperform einfügt

Ablauf

01 **Beratung und Untersuchung**
Wir sprechen über Ihre Wünsche, ich untersuche Brust und Haut und erkläre die möglichen Verfahren.

02 **Planung**
Wir legen Technik, Schnittführung und – bei einer Vergrößerung – das Implantat fest.

03 **Voruntersuchungen**
Je nach Alter und Vorgeschichte gehören eine Bildgebung der Brust und Laborwerte dazu.

04 **Operation**
Der Eingriff erfolgt in Vollnarkose.

05 **Nachsorge**
Ein spezieller Stütz-BH, regelmäßige Kontrollen und eine schrittweise Rückkehr zu Alltag und Sport.

Nach der Operation

In den ersten Tagen sind Spannungsgefühl und Schwellungen normal. Für einige Wochen tragen Sie Tag und Nacht einen Stütz-BH. Schwere körperliche Arbeit und Sport sollten Sie für mehrere Wochen meiden. Narben sind zunächst gerötet und verblassen im Laufe von Monaten.

Risiken

Zu den möglichen Risiken gehören Nachblutungen, Infektionen, Wundheilungsstörungen, auffällige Narben, Asymmetrien und Veränderungen der Brustwarzen-Sensibilität. Bei Implantaten kommen implantatspezifische Risiken hinzu, etwa eine Kapselfibrose. Über alle Risiken kläre ich Sie vor dem Eingriff ausführlich auf.

Häufige Fragen

Kann ich nach einer Brustverkleinerung noch stillen?
Die Methoden, die ich einsetze, zielen darauf ab, die Stillfähigkeit zu erhalten. Eine Garantie gibt es jedoch nicht – das besprechen wir offen, besonders wenn Sie noch Kinder planen.

Wie lange halten Brustimplantate?
Moderne Implantate sind langlebig, aber kein Bauteil für die Ewigkeit. Regelmäßige Kontrollen gehören dazu. Wann ein Wechsel sinnvoll ist, hängt vom Befund ab.

Wann kann ich wieder Sport treiben?
Leichte Bewegung ist bald wieder möglich, intensiver Sport meist nach sechs Wochen. Den genauen Zeitpunkt legen wir bei der Nachsorge fest.

Kann eine Straffung mit einer Vergrößerung kombiniert werden?
Ja. Eine operative Verkleinerung oder Vergrößerung der Brust kann mit einer Bruststraffung kombiniert werden.

Ab welchem Alter ist eine Brustvergrößerung möglich?

Rein ästhetische Brustoperationen werden erst ab 18 Jahren durchgeführt. In Schwangerschaft und Stillzeit wird nicht operiert.

Wie lange dauert es, bis die Brust ihre endgültige Form hat?

Nach etwa drei Monaten hat sich das Gewebe weitgehend angepasst; die endgültige Form zeigt sich nach bis zu einem Jahr.

Brauche ich nach der Operation Drainagen?

Oft nicht. Wenn doch, werden sie meist nach etwa einem Tag entfernt.

TEIL 2 · DER ABLAUF SCHRITT FÜR SCHRITT

BRUST · ABLAUF

Brustchirurgie – der Ablauf Schritt für Schritt

Ob Straffung, Verkleinerung oder Vergrößerung: So werden brustchirurgische Eingriffe typischerweise vorbereitet, durchgeführt und nachbehandelt.

NARKOSE	STÜTZ-BH	SPORT	ENDERGEBNIS
Vollnarkose	mehrere Wochen	meist nach etwa 6 Wochen	nach einigen Monaten

Brustchirurgische Eingriffe brauchen eine sorgfältige Planung – sie entscheidet darüber, ob das Ergebnis zu Ihrer Körperform passt. Die folgenden Schritte zeigen den **typischen** Ablauf; Einzelheiten hängen davon ab, ob gestrafft, verkleinert oder vergrößert wird.

Der Ablauf auf einen Blick

01

EINIGE WOCHEN VORHER

Vorbereitung

Beratung, Untersuchung, Bildgebung der Brust je nach Alter, Planung von Technik und Schnittführung.

02

OP-TAG

Operation

Eingriff in Vollnarkose; anschließend Stütz-BH und Betreuung.

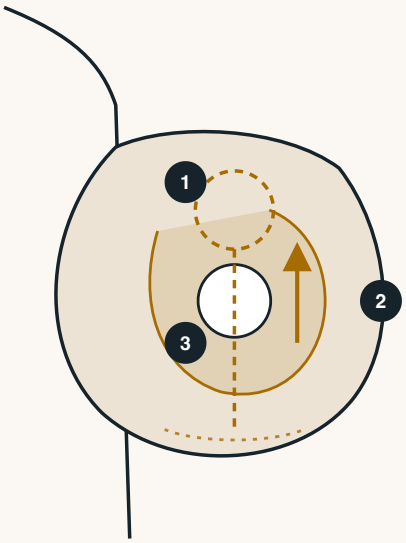
03

WOCHEN BIS MONATE

Nachbehandlung

Stütz-BH, Kontrollen, schrittweise Rückkehr zu Alltag und Sport.

Was bei einer Bruststraffung geschieht



PRINZIP

1 **Mögliche Schnittführung**
um den Warzenvorhof und senkrecht nach unten – je nach Befund auch mit kurzem Schnitt in der Unterbrustfalte

2 **Brustwarze höher positioniert**
Warzenvorhof wird in die neue, höhere Position gebracht

3 **„Innerer BH“**
körpereigenes Drüsengewebe wird geformt und gestützt – die Brust wird von innen getragen

Schematische Darstellung · individuelles Vorgehen nach Befund

Schematische Darstellung am Beispiel der Bruststraffung. Schnittführung je nach Befund.

Phase 1: Vorbereitung

01 **Beratung**
Wir sprechen über Ihre Wünsche und Erwartungen; ich untersuche Brust, Haut und Gewebe.

02 **Planung**
Technik, Schnittführung und – bei einer Vergrößerung – Implantatgröße und -form werden festgelegt; computergestützte Planung kann helfen.

03 **Voruntersuchungen**
Je nach Alter und Vorgeschichte gehören eine Bildgebung der Brust und Laborwerte dazu.

04 **Medikamente und Rauchen**
Gerinnungshemmer nur nach Rücksprache pausieren; möglichst rechtzeitig auf das Rauchen verzichten.

05 **Aufklärung**
ausführlich, mit Bedenkzeit – auch zu Stillfähigkeit und Sensibilität.

06 **Organisation**
Stütz-BH nach Vorgabe besorgen, Hilfe für die ersten Tage einplanen.

Phase 2: Der OP-Tag

01 **Anzeichnen**
Die Schnittführung wird im Stehen markiert – so lässt sich die natürliche Lage der Brust berücksichtigen.

02 **Narkose**
Der Eingriff erfolgt in Vollnarkose.

03 **Eingriff**
Je nach Ziel wird das Drüsengewebe geformt (bei der Straffung bevorzugt mit „innerem BH“), Gewebe entfernt oder ein Implantat eingesetzt.

04 **Abschluss**
Feine Nähte, Verband und Stütz-BH.

05 **Erholung**
Betreuung nach der Narkose; ob ambulant oder mit Übernachtung, besprechen wir vorher.

Phase 3: Nachbehandlung und Heilung

Tag 1–3

Spannungsgefühl und Schwellung; Stütz-BH Tag und Nacht, Arme nicht über Kopf heben

Woche 1–2

Wundkontrolle und Fadenentfernung bzw. -kürzung; leichte Tätigkeiten möglich

Woche 3–6

Stütz-BH weiter tragen; keine schweren Lasten

ab Woche 6

Sport meist wieder möglich – nach Rücksprache

Monat 3–12

Gewebe setzt sich, Narben werden heller und weicher

Melden Sie sich sofort bei einseitig zunehmender Schwellung, starken Schmerzen, Fieber, Rötung oder Wundsekret.

Ihre Checkliste

- Stütz-BH nach Vorgabe vorab besorgen
- Kleidung mit Knöpfen oder Reißverschluss vorne
- Hilfe im Haushalt für die ersten Tage
- Schwere Tätigkeiten und Sport für mehrere Wochen ausplanen

Ihr nächster Schritt

Ein persönliches Beratungsgespräch ist durch nichts zu ersetzen. Dort beantworte ich Ihre Fragen und wir klären gemeinsam, was für Sie sinnvoll ist.

Termin online: www.plastetik.de/termin/
Telefon: +49 89 987855 · **E-Mail:** info@dr-woerl.de
Mehr Informationen: www.plastetik.de/brustchirurgie/

Dr. med. Hans-Hermann Wörl · Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie · Plastetik GmbH

Wichtiger Hinweis: Diese Information dient der allgemeinen Aufklärung und ersetzt nicht das persönliche ärztliche Beratungs- und Aufklärungsgespräch. Abläufe, Zeitangaben und Heilungsverläufe sind typische Werte und können individuell abweichen. Ein bestimmtes Ergebnis kann nicht zugesagt werden.

Bildnachweis:

- Planung Brustoperation: © Adobe Stock / detailblick-foto, Adobe-Stock-Lizenz – https://stock.adobe.com/de/contributor/200858622/detailblick-foto; verkleinert, WebP
- Porträt Dr. Wörl in Praxiskleidung: © Lukas Schramm Fotografie (Nutzungsrechte: Dr. med. Hans-Hermann Wörl), alle Rechte vorbehalten; verkleinert, WebP
- Beratungsgespräch zur Brustchirurgie mit Implantatmustern: © Lukas Schramm Fotografie (Nutzungsrechte: Dr. med. Hans-Hermann Wörl), alle Rechte vorbehalten; verkleinert, WebP
- Schemazeichnungen: eigene Darstellungen (KnoCo UG für Plastetik GmbH)