plastetik

DR. MED. HANS-HERMANN WÖRL



PATIENTENINFORMATION

Fettabsaugung

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

TEIL 1 · DIE BEHANDLUNG

KÖRPER

Fettabsaugung – für eine harmonische Körperkontur

Manche Fettpolster widerstehen Sport und disziplinierter Ernährung. Die Fettabsaugung (Liposuktion) entfernt sie gezielt und schonend – zur dauerhaften Verbesserung der Körperkontur, nicht zur Gewichtsreduktion.

NARKOSE	TECHNIK	BEHANDLUNG	MENGE
Vollnarkose mit Tumeszenz	Vibration, feine Kanülen	oft ambulant	bis 6 Liter meist ambulant

Fettpolster an Gesäß oder Hüften, an den Oberarmen oder Oberschenkeln: Wenn sich die Körperproportionen unschön verändert haben, liegt es meist an Fettdepots, denen weder mit Sport noch mit diszipliniertem Essen beizukommen ist. Hier kann eine Fettabsaugung helfen.

Typische Behandlungszonen

Ein typisches Beispiel bei Frauen sind sogenannte Reiterhosen – Fettpolster an Oberschenkeln, Hüften und den Knieinnenseiten, während der Oberkörper eher zierlich ist. Männer leiden häufig unter Fettansammlungen im Hüft- oder Brustbereich. Weitere häufige Zonen sind Bauch, Flanken, Oberarme, Kinn und Hals.

Ziel ist es, nur so viel Fett und Fettzellen abzusaugen, wie nötig ist, um eine harmonische Körpersilhouette zu erhalten – etwa einen fließenden Übergang von den Oberschenkeln zur Hüfte oder von der Hüfte zum Bauch.

Wie ich vorgehe

Ich führe die Fettabsaugung unter Vollnarkose in Kombination mit Tumeszenz-Lokalanästhesie durch. Dabei wird vor der Absaugung eine Lösung in das Fettgewebe eingebracht, die das Gewebe auflockert, Blutungen vermindert und die Schmerzen nach dem Eingriff reduziert. Das Verfahren ist seit vielen Jahren erprobt und gilt als sicher und patientenfreundlich.

Durch spezielle Vibrationsverfahren und dünne Absaugkanülen wird das Gewebe besonders schonend behandelt. Die Kanülen werden über wenige, sehr kleine Schnitte eingeführt.

Das können Sie erwarten

- Langjährige Erfahrung und hohe fachmedizinische Expertise
- Der Eingriff erfolgt oft ambulant über kleine Schnitte; sichtbare Narben sind kaum zu erwarten
- Problemzonen können gezielt behandelt werden
- Eine langfristige Verbesserung der Körperkontur
- Eine Liposuktion bis zu 6 Litern wird überwiegend ambulant durchgeführt

> Die Fettabsaugung ist keine Methode zur Gewichtsreduktion. Die besten Ergebnisse erzielt sie bei stabilem Gewicht und guter Hautelastizität.

Für wen die Fettabsaugung gedacht ist

Die Fettabsaugung formt – sie ist keine Methode zum Abnehmen. Sie eignet sich für umschriebene Fettpolster, die trotz Ernährung und Sport bleiben, auch bei normalem Gewicht. Das Fett zwischen den Organen im Bauchraum lässt sich nicht absaugen; bei starkem Übergewicht steht deshalb zuerst die Gewichtsreduktion.

Erfahrung mit der Tumeszenztechnik

Die Tumeszenzlösung besteht aus Kochsalzlösung, einem örtlichen Betäubungsmittel und einem gefäßverengenden Zusatz; sie braucht nach dem Einbringen eine gewisse Einwirkzeit. Mit den Besonderheiten dieser Technik habe ich mich auch wissenschaftlich beschäftigt – unter anderem in einem Kongressbeitrag zur Fettabsaugung in Tumeszenztechnik und Lokalanästhesie (2001).

Wie viel auf einmal?

Pro Sitzung wird nur eine begrenzte Menge abgesaugt. Sind größere Mengen nötig, ist es sicherer, auf zwei Eingriffe im Abstand einiger Wochen zu verteilen.

Vorbereitung

- etwa zwei Wochen vorher keine blutverdünnenden Schmerzmittel – nur nach ärztlicher Rücksprache
- Nikotin, Alkohol, Schlafmittel und Sonnenbank möglichst meiden
- Blutbild und Gerinnung; bei Vorerkrankungen internistische Abklärung

Gegenanzeigen

In der Schwangerschaft wird nicht operiert. Bei Gefäßerkrankungen, früheren Thrombosen oder schweren Allgemeinerkrankungen wird im Einzelfall entschieden.

Ablauf

01 **Beratung**
Wir besprechen, welche Zonen Sie stören, und ich beurteile Fettverteilung und Hautelastizität.

02 **Planung**
Die Behandlungsareale werden festgelegt und am OP-Tag im Stehen eingezeichnet.

03 **Operation**
Vollnarkose mit Tumeszenz-Lokalanästhesie, Absaugung mit Vibrationstechnik.

04 **Kompression**
Direkt nach dem Eingriff erhalten Sie eine Kompressionswäsche.

05 **Nachsorge**
Kontrollen, gegebenenfalls Lymphdrainage, schrittweise Rückkehr zu Alltag und Sport.

Nach der Fettabsaugung

Schwellungen, Blutergüsse und ein muskelkaterähnliches Gefühl sind in den ersten Tagen normal. Die Kompressionswäsche tragen Sie mehrere Wochen, sie unterstützt die Rückbildung der Schwellung und das Anliegen der Haut. Das endgültige Ergebnis zeigt sich nach einigen Monaten.

Risiken

Mögliche Risiken sind unter anderem Blutergüsse, Serome (Flüssigkeitsansammlungen), Infektionen, Gefühlsstörungen, Unebenheiten der Hautoberfläche und Asymmetrien. Bei größeren Absaugmengen steigen die Anforderungen an Überwachung und Nachsorge. Im Aufklärungsgespräch gehen wir alles in Ruhe durch.

Wenn es um ein Lipödem geht

Die Liposuktion ist die einzige wirksame Methode, um krankhaftes Fettgewebe bei einem Lipödem zu entfernen. Weil sich Diagnose, Vorgehen und Kostenfrage dabei deutlich unterscheiden, gibt es dazu eine eigene Seite: Lipödem-Behandlung.

Häufige Fragen

Kommen die Fettpolster wieder?

Abgesaugte Fettzellen bilden sich nicht neu. Bei deutlicher Gewichtszunahme können aber die verbliebenen Fettzellen an Volumen zunehmen. Ein stabiles Gewicht ist daher der beste Schutz für das Ergebnis.

Strafft sich die Haut nach der Absaugung?

Bei guter Elastizität zieht sich die Haut meist gut zurück. Bei erschlaffter Haut kann eine zusätzliche Straffung sinnvoll sein – mehr dazu unter Körperformung.

Wann kann ich wieder arbeiten?

Bei Bürotätigkeit oft nach wenigen Tagen, abhängig von Umfang und Zone. Körperlich anstrengende Arbeit und Sport besprechen wir individuell.

Gibt es Alternativen ohne Operation?

Kälte-, Ultraschall-, Laser- oder Radiofrequenzverfahren und Injektionen werden angeboten. Ihre Wirkung ist meist deutlich geringer und weniger berechenbar als die einer Fettabsaugung – das besprechen wir ehrlich.

Wie lange bleibt die Schwellung?

Die grobe Schwellung geht in den ersten Wochen zurück; leichte Restschwellungen können drei bis fünf Monate anhalten.

Wann kann ich wieder Sport treiben?

Leichter Sport ist oft nach etwa drei Wochen wieder möglich – abhängig von Umfang und Heilung.

TEIL 2 · DER ABLAUF SCHRITT FÜR SCHRITT

KÖRPER · ABLAUF

Fettabsaugung – der Ablauf Schritt für Schritt

Von der Planung der Zonen bis zur Kompressionswäsche: So läuft eine Fettabsaugung mit Tumeszenz und Vibrationstechnik typischerweise ab.

NARKOSE	BEHANDLUNG	KOMPRESSION	ENDERGEBNIS
Vollnarkose + Tumeszenz	oft ambulant	mehrere Wochen	nach einigen Monaten

Eine Fettabsaugung wird sorgfältig geplant: Entscheidend ist, nur so viel Fett zu entfernen, wie für eine harmonische Silhouette nötig ist. So läuft der Eingriff **typischerweise** ab.

Der Ablauf auf einen Blick

01

EINIGE WOCHEN VORHER

Vorbereitung

Zonen festlegen, Hautelastizität beurteilen, Voruntersuchungen und Aufklärung.

02

OP-TAG

Operation

Vollnarkose mit Tumeszenz-Lokalanästhesie; Absaugung über kleine Zugänge mit Vibrationstechnik.

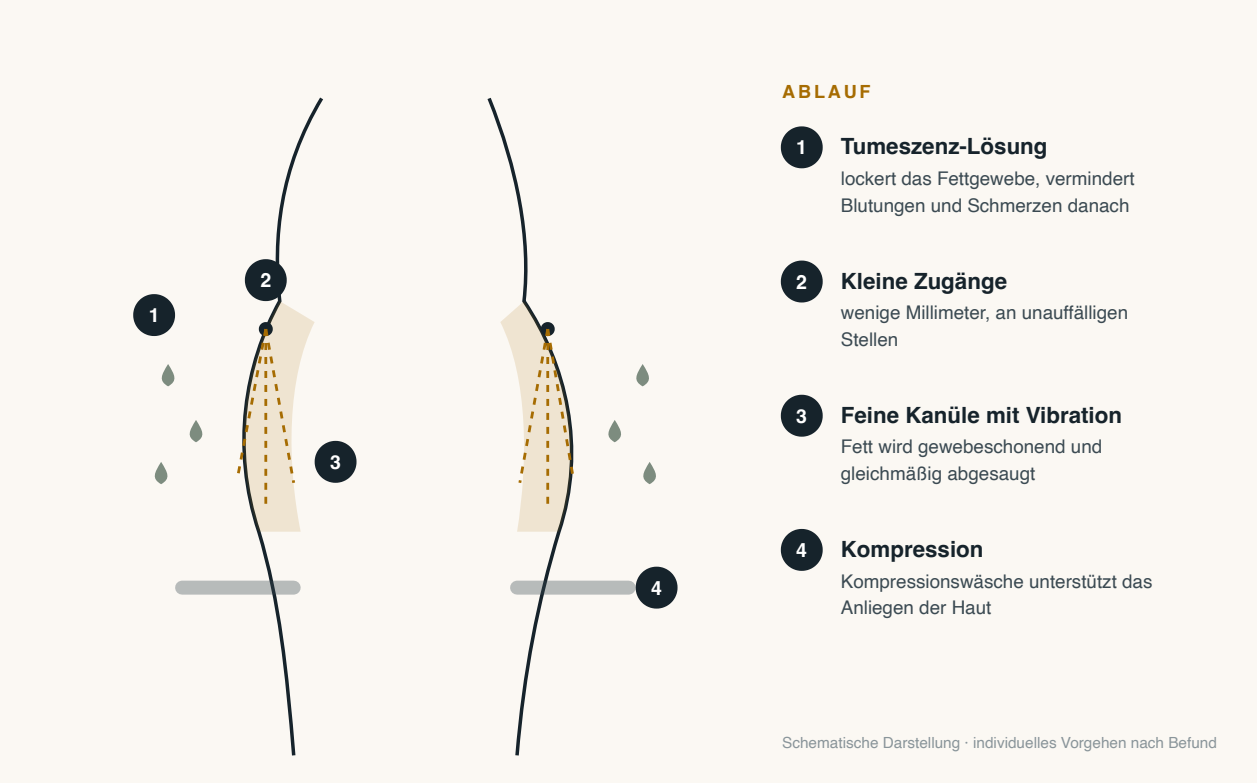
03

WOCHEN BIS MONATE

Nachbehandlung

Kompressionswäsche, Kontrollen, gegebenenfalls Lymphdrainage.

Was bei der Operation geschieht



Schematische Darstellung. Zonen und Absaugmenge werden individuell geplant.

Phase 1: Vorbereitung

01 **Beratung**
Welche Zonen stören Sie? Ich beurteile Fettverteilung, Hautelastizität und Gewicht.

02 **Abgrenzung**
Ist es eine ästhetische Fettverteilung oder ein Lipödem? Davon hängen Vorgehen und Kostenfrage ab.

03 **Voruntersuchungen und Aufklärung**
Laborwerte nach Bedarf; ausführliche Aufklärung mit Bedenkzeit.

04 **Kompressionswäsche**
Wird vorab angepasst, damit sie direkt nach dem Eingriff bereitliegt.

05 **Organisation**
Begleitperson für den Heimweg, einige Tage Schonung einplanen.

Phase 2: Der OP-Tag

01 **Anzeichnen im Stehen**
Die Behandlungszonen werden markiert.

02 **Narkose und Tumeszenz**
Vollnarkose kombiniert mit Tumeszenz-Lokalanästhesie – die Lösung lockert das Fettgewebe, vermindert Blutungen und Schmerzen danach.

03 **Absaugung**
Über wenige, sehr kleine Zugänge wird das Fett mit feinen Kanülen und Vibrationstechnik gewebeschonend abgesaugt.

04 **Kompression**
Direkt danach wird die Kompressionswäsche angelegt.

05 **Heimweg**
Der Eingriff erfolgt oft ambulant; eine Liposuktion bis zu 6 Litern wird überwiegend ambulant durchgeführt.

Phase 3: Nachbehandlung und Heilung

Tag 1–3

Muskelkaterähnliches Gefühl, Schwellung; Tumeszenzlösung kann aus den Zugängen austreten

Woche 1

Kompression Tag und Nacht; leichte Bewegung fördert die Heilung

Woche 2–4

Schwellung geht zurück; Bürotätigkeit meist wieder möglich

Woche 4–6

Kompression nach Absprache reduzieren; Sport schrittweise

Monat 3–6

die Haut hat sich angelegt – die neue Kontur ist sichtbar

> Melden Sie sich sofort bei starken Schmerzen, Fieber, Atemnot, einseitig geschwollenem Bein oder Rötung um einen Zugang.

Ihre Checkliste

- Kompressionswäsche vorab anpassen lassen
- Saugfähige Unterlagen für die ersten Nächte
- Begleitperson für den Heimweg
- Viel trinken und leichte Bewegung in den ersten Tagen

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/fettabsaugung/

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 Körperformung: © 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
- Schemazeichnungen: eigene Darstellungen (KnoCo UG für Plastetik GmbH)