

HAUTMEDIZIN
BAD SODEN

So individuell
wie Sie.

Ausgewählte Methoden der Gesichtsbehandlung



„Ästhetisch-Plastische Chirurgie

Gesundheit. Schönheit. Verantwortung.

Die Hautmedizin Bad Soden ist eine der größten Hautarztpraxen in Deutschland mit Sitz in Bad Soden am Taunus. Unser Anspruch ist es, Ihnen auf allen dermatologischen Gebieten einschließlich der Ästhetisch-Plastischen Chirurgie für jede Herausforderung den passenden Spezialisten anbieten zu können.

Wir bemühen uns, Ihnen mit Verständnis, Vertrauen und Menschlichkeit zu begegnen. Dabei widmen wir Ihnen die Zeit und Aufmerksamkeit, die wir gemeinsam für die Analyse Ihrer Beschwerden und Bedürfnisse benötigen. Unsere Patientinnen und Patienten behandeln wir so, wie wir selbst behandelt werden möchten – denn wir sind uns unserer Verantwortung jeden Tag aufs Neue bewusst. Gemeinsam mit Ihnen entwickeln wir ein Behandlungskonzept. Unser Ziel ist es, Sie langfristig zu begleiten – damit Ihre Haut, die wichtigste Schutzschicht Ihres Körpers, in jedem Alter ihre Funktionen bewahrt.

Schenken Sie uns Ihr Vertrauen. Wir schenken Ihnen unser Versprechen, sorgsam damit umzugehen. Denn es ist uns wichtig, dass Sie sich in Ihrer Haut wohlfühlen. Heute und in Zukunft.

*Ich will mich wohlfühlen –
in meiner Haut.*





Spezialisten für Gesundheit und Schönheit

Die Hautmedizin Bad Soden ist mit sieben Partnern und heute insgesamt 19 Ärzten ein ganzheitlich aufgestelltes Team, das sich umfassend den Themen Krankheitsvorbeugung, Heilung sowie der Verschönerung von Haut und Körper widmet. Unser Anspruch ist es, Ihnen auf allen dermatologischen Gebieten so wie der Ästhetisch-Plastischen Chirurgie für jede Fragestellung den passenden Spezialisten anbieten zu können. Unsere besondere Leistungskraft beruht dabei auf der Zusammenarbeit erfahrener Ärzte, die sich in den Bereichen Krankenversorgung, Forschung und Lehre mit Leidenschaft engagieren. Hierbei profitieren wir in gleichem Maße von qualifizierter Aus- und Weiterbildung sowie langjähriger Erfahrung.

Partner der Hautmedizin Bad Soden (v.l.n.r.)

Dr. med. Stefan Kalthoff
Plastischer und Ästhetischer Chirurg

Dr. med. Stefan Rapprich
Hautarzt, Phlebologe

Dr. med. Ulrich Kühne
Hautarzt, Allergologe

Dr. med. Isabel Fell
Hautärztin, Allergologin

Dr. Dr. med. univ. Hans Bayer
Hautarzt, Phlebologe

Dr. med. Marei Kirchmeir
Hautärztin, Allergologin

Dr. med. Matthias Imhof
Hautarzt, Allergologe

Ihr Kompetenzzentrum in modernsten Räumen

Sich in seiner Haut wohlfühlen – das ist uns als Hautmedizin Bad Soden nicht nur für unsere Patienten enorm wichtig. Wir sind ein Team aus Ärzten, Gesundheits- und Krankenpfleger*innen, OP-Fachpersonal, medizinischen Fachangestellten, medizinisch-technischen Assistentinnen und Verwaltungsfachkräften, das Hand in Hand arbeitet. Nur mit einem reibungslosen Teamwork in angenehmer Arbeitsatmosphäre ist es möglich, die unterschiedlichen Abteilungen unserer Praxis zu vereinen:

Das Leistungsspektrum umfasst klassische Dermatologie, Hautkrebsfrüherkennung, Allergologie, Phlebologie (Gefäßerkrankungen), ambulante Operationen, Lichttherapie von chronisch-entzündlichen Dermatosen, Lasertherapie, ästhetische Dermatologie, die Ästhetische und Plastische Chirurgie sowie medizinische Kosmetik.



Unsere Expertise für Ihre ganzheitliche Behandlung

Seit ihrer Gründung im Jahr 1982 hat sich die Hautmedizin Bad Soden zu einem Kompetenzzentrum entwickelt, in dem spezialisierte Ärzte gemeinsam praktizieren. Dadurch können wir praktisch alle Bereiche der Dermatologie abdecken. Fachlich kompetent, mit Leidenschaft engagiert und an einem Ort.



11	Dr. Stefan Kalthoff
13	Liposuktion
17	Facelift
31	Stirn- / Schläfenlift
37	Augenbrauenlift
39	Oberlidlift
45	Unterlidlift
55	Medikamente
57	Notizen

Erfahrungen:

1987 - 2021

Klinik für Chirurgie
Alfried Krupp Krankenhaus Essen

Klinik für Chirurgie
Kreiskrankenhaus Reutlingen

Klinik für Hand-,
Plastische, Rekonstruktive Chirurgie
BG Unfallklinik Ludwigshafen

Klinik für Plastische und Handchirurgie
Behandlungszentrum Vogtareuth

Zentrum für Plastische Chirurgie
Marienhospital Stuttgart

Klinik für Ästhetische & Plastische Chirurgie
Partnach Klinik Garmisch-Partenkirchen

Rosenpark Klinik Darmstadt
Fachklinik für ästhetisch-operative
Dermatologie und Plastische Chirurgie

seit 2021

Hautmedizin Bad Soden
BAG in Partnerschaft

Mitglied in folgenden medizinischen
Fachgesellschaften:

ISAPS
International Society of Aesthetic and
Plastic Surgery

DGPRÄC
Deutsche Gesellschaft
der Plastischen, Rekonstruktiven
und Ästhetischen Chirurgen

GÄCD
Gesellschaft für Ästhetische
Chirurgie Deutschland



Ärzteliste 2021

Auch 2021 gehört Dr. Stefan Kalthoff

– zum sechsten Mal in Folge –

im Bereich Facelift zu den Top-Medizinern in Deutschland. Dies ermittelte das Nachrichtenmagazin FOCUS in Deutschlands größter Ärztebewertung.

Grundlage für die FOCUS-Bewertung bilden groß angelegte Umfragen in Zusammenarbeit mit medizinischen Fachgesellschaften, wissenschaftliche Veröffentlichungen und Empfehlungen von Patientenverbänden, Selbsthilfegruppen, niedergelassenen Ärzten und Klinikchefs.

Die Ärzte, die im deutschlandweiten FOCUS-Vergleich zu den Besten des Landes zählen, erhalten die Auszeichnung „Top Mediziner 2021“ für Deutschland und für den jeweiligen Fachbereich.



Sehr geehrte Patientin,
sehr geehrter Patient,

ästhetische Chirurgie ist Vertrauenssache und das gilt ganz besonders für Veränderungen des Gesichtes. Jedes Gesicht ist individuell. Um ein hervorragendes Ergebnis zu erzielen braucht es chirurgisches Können, viel Erfahrung und ein hohes Maß an Fingerspitzengefühl.

Aus diesem Grund habe ich mich seit 2003 auf die Behandlung des Gesichtes konzentriert und hier meinen Schwerpunkt gesetzt.

In dieser Broschüre erhalten Sie einen ersten Einblick in meine Arbeit zu den nicht-operativen und operativen Behandlungsmethoden.

Für weitere Fragen stehe ich Ihnen gern zur Verfügung, denn für das Gelingen ist eine vertrauensvolle und offene Kommunikation zwischen Patient und Arzt unverzichtbar. Deshalb ist es mir wichtig, Sie schon im Vorfeld umfassend zu informieren, über Chancen und Risiken aufzuklären und Sie zu ermuntern, bei der Beratung alle Fragen, die Sie beschäftigen, offen anzusprechen.

Herzlichst Ihr Dr. Stefan Kalthoff

Klare
Konturen und
ein tolles
Gefühl.



Liposuktion

Wann ist eine Fettabsaugung am Hals sinnvoll?

Manchmal sammelt sich ein Fettpolster unter dem Kinn, das sog. Doppelkinn.

Dieses lässt Sie älter erscheinen und wird als störend empfunden, insbesondere wenn Sie das Kinn absenken oder sich im Profil sehen.

Mit Hilfe der Fettabsaugung wird das Kinn wieder schlank. Das Gesichtsprofil verbessert sich deutlich.

Die Fettabsaugung am Hals ist geeignet für Patienten, bei denen kein großer Hautüberschuss besteht.

Eine Kombination mit einem Facelift ist möglich, aber nicht in einer Sitzung. In der Regel ist es besser, in aller Ruhe nach der Abheilung des Facelifts zu einem späteren Zeitpunkt das Ergebnis unter optimalen Bedingungen zu verbessern.

Wie dürfen Sie sich den Eingriff vorstellen?

Die Fettabsaugung führe ich in lokaler Betäubung durch. Das Gewebe wird mit einer speziellen Kochsalzlösung vorbereitet.

Mittels einer schonenden Vibrationskanüle wird das überschüssige Fett abgesaugt.

Der Eingriff dauert 2 Stunden, das Zeitfenster, das Sie bei uns in der Klinik verbringen, beträgt 3 Stunden. Es vergeht immer mehr Zeit, als man denkt.

Welche Risiken können bestehen?

Es darf nicht zu viel Fett und nicht unregelmäßig entfernt werden.

Wie lange werden Sie ausfallen?

Planen Sie bitte 1 Woche Ausfallzeit ein, denn Sie müssen mit blauen Flecken und einer Schwellung rechnen.

Wie verhalten Sie sich nach der Operation?

Morgens gehen Sie nach Entfernen des Verbandes unter die Dusche. Für eine Woche tragen Sie ein Halsmieder. Einen Tag nach der Behandlung sehen Sie schon besser aus.

Das Halsmieder tragen Sie vornehmlich nachts und wenn Sie nicht außer Haus sind. Das Endergebnis ist nach ca. 6-9 Monaten sichtbar.

Sportliche Aktivitäten und Sauna führen zu einer vermehrten Durchblutung und Anschwellung. Wenn die operativen Schwellungen noch nicht ganz abgeklungen sind, sollten Sie noch mit Sport und Sauna warten.

Nach ca. 2 Wochen können Sie langsam beginnen. „Hören Sie auf Ihren Körper, er wird Ihnen schon mitteilen, wann Sie soweit sind.“



Keiner sieht es.
Aber alle
merken es.



Die besten Voraussetzungen für ein Facelift

Sind Sie ein geeigneter Kandidat?

Bitte legen Sie sich 45° zurück und schauen in den Spiegel. Die Gesichtszüge gleiten nach hinten, ohne dass daran gezogen wird. Wenn es Ihnen gefällt, sind Sie ein geeigneter Kandidat. Sehen Sie jetzt in der Wange noch eingesunkene Partien? Wenn Sie ein wenig Ihre Wangen mit Luft füllen – nur wenig – wird es noch schöner und weicher.

Welche Ziele können durch das Facelift erreicht werden?

1. Straffung der Muskulatur
2. Erhalten bzw. Wiederherstellen der Ausstrahlung
3. natürliches, nicht-operiertes Aussehen
4. maximale Haltbarkeit
5. minimales Risiko

Warum ist eine Volumenbehandlung erforderlich?

Mit der Alterung des Gesichtes lässt zum einen die Spannkraft der Muskulatur nach, zum anderen kommt es auch zu einem **Volumenverlust**:

Die Spannkraft wird durch das Facelift erhöht. Der Volumenverlust, insbesondere unterhalb des Mundwinkels und Kinnlinie, wird später ausgeglichen durch Filler (Hyaluronsäure / Radiesse®), alternativ auch mittels Eigenfett.

Wie lange hält ein Facelift?

Nach der Operation erscheinen die Patienten um einige Jahre jünger und frischer. Wie viele Jahre es letztendlich sind, ist nicht vorhersehbar und wird auch unterschiedlich beurteilt. Das Ergebnis des Facelifts setzt sich zusammen aus dem chirurgischen Können, der angewandten Technik und nicht zuletzt aus der Qualität Ihres Gewebes.

Wann ist der richtige Zeitpunkt für die Operation?

Der richtige Zeitpunkt ist gekommen, wenn Sie mit Ihrem Äußeren nicht mehr zufrieden sind. Typische Äußerungen sind: „Ich sehe müde und traurig aus und fühle mich nicht wohl in meiner Haut“.

Wenn die Entscheidung früh getroffen wird, ist der Sprung zurück kurz und für die Außenwelt nicht wahrnehmbar. Die meisten Patienten bevorzugen ein natürliches und nicht-operiertes Aussehen. Sie möchten nachher nicht auf die Operation angesprochen werden. Wenn man jedoch jahrelang hadert, werden die verjüngenden Maßnahmen offensichtlicher.

Welche Kombinationen sind bei einem Facelift sinnvoll?

Das Facelift kann zeitnah mit einem Oberlidlift kombiniert werden. Ein gleichzeitiges Unterlidlift ist nicht sinnvoll, die OP-Gebiete sind zu nah bei einander und können sich gegenseitig beeinflussen.

Anästhesieverfahren

Die Facelift-Operation wird in Vollnarkose durchgeführt. Moderne Anästhesieverfahren unter Anwendung der TIVA-Methode (Total Intra Venöse Anästhesie) erlauben eine sehr präzise und kurz wirksame Narkosesteuerung der Medikamente über die Vene und eine Minimierung des Narkoserisikos. Am Ende der Operation sind Sie schnell wieder ansprechbar und können nach kurzer Zeit gehend auf das Patientenzimmer verlegt werden.

Sämtliche Narkoseverfahren werden von langjährig erfahrenen Fachärzten der Anästhesie und Intensivmedizin durchgeführt.

Welche Vorbereitungen können Sie treffen?

Einige Medikamente tragen nicht zum Erfolg des Facelifts bei. Sie verändern die Blutgerinnung.

Bitte beachten Sie die Medikamentenliste auf der letzten Seite.

Es ist empfehlenswert, die hier genannten Medikamente 1 Woche vor der Operation abzusetzen.

Auch Nahrungsergänzungsmittel wie z. B. Omega-3-Fettsäuren, Fischöl, Q10, Ginkgo, Ingwer und ähnliche Substanzen sollten vorher nicht eingenommen werden.

Sind gerinnungshemmende Medikamente aus medizinischen Gründen angeordnet, bitte ich Sie, mit Ihrem Hausarzt oder Kardiologen Rücksprache zu halten. Eventuell ist eine Umstellung auf Heparin-Spritzen möglich. Unter Heparinabgabe kann ich den Eingriff durchführen.

Erkundigen Sie sich bitte, welcher Lymphtherapeut in Ihrer Ortsnähe Erfahrung im Gesicht und Zeit für Sie hat.

Rauchen stört die Wundheilung und die Durchblutung. Das Risiko ist 4x höher als bei Nichtrauchern. Es sollte 6 Wochen vorher eingeschränkt werden. So können Sie selber zu einem guten Ergebnis der Operation beitragen.

Am Abend vorher empfiehlt es sich, die Haare zu waschen. Gefärbte oder getönte Haare bitte 1 Woche vorher behandeln, sodass Sie anschließend 4 Wochen pausieren können.

Der Operationszeitpunkt sollte bei den Damen nicht mit der Periode zusammenfallen. In dieser Zeit ist die Gerinnung des Blutes herabgesetzt.

Sollte sich bei Ihnen eine oberflächliche Entzündung (z.B. Herpes), Erkältung, Halsentzündung oder eine andere Erkrankung anbahnen, benachrichtigen Sie uns bitte rechtzeitig.

Organisieren Sie bitte einen Fahrer, der Sie am nächsten Tag abholt.



Die einzelnen Schritte der Facelift-OP

Wie verläuft der Tag der Operation?

Sie kommen am Morgen nüchtern in die Main-Taunus-Privatklinik. Die Schwestern bereiten Sie vor:

Anziehen der Kompressionsstrümpfe, Legen einer Infusionskanüle und Anschluss der EKG-Elektroden sowie der Blutdruckmanschette.

Nach Einzeichnen der Schnittführung leitet der Anästhesist die Narkose in entspannter Atmosphäre ein. Der Eingriff dauert ca. 4 Stunden, je nach Umfang des zu behandelnden Gebietes.

Am Ende der Operation wird ein leichter Schaumstoffverband angelegt. Dieser übt einen sanften Druck auf das Gewebe aus, um einer Schwellung des Gesichtes vorzubeugen. Hinter den Ohren sind weiche Silikondrainagen ausgeleitet. Sie fördern Wundsekret, welches in Vakuumflaschen gesammelt wird.

Auf Ihr Gesicht werden feuchte Kompressen und eine spezielle Gesichtsmanschette zur Kühlung gelegt. Die Kühlung trägt zur Abschwellung bei.

Nach der Operation schlafen Sie in aller Ruhe aus und entspannen sich. Für einen günstigen Heilungsverlauf ist es wichtig, ruhig im Bett zu bleiben, nur wenig zu sprechen und nicht zu telefonieren. Angehörige bitte ich, wenn überhaupt, sich auf eine kurze Besuchszeit zu beschränken.

Das Einhalten der Anweisungen ist wichtig, da hierdurch die Entstehung von Blutergüssen (Hämatomen) deutlich geringer ist. Einige Stunden nach dem Eingriff führe ich einen Verbandswechsel durch, um die Wunden zu kontrollieren. Geben Sie Ihrem Gesicht die nötige Ruhe. Am Abend erhalten Sie eine leichte Kost.

Wie können Sie sich den Eingriff eines Facelifts vorstellen?

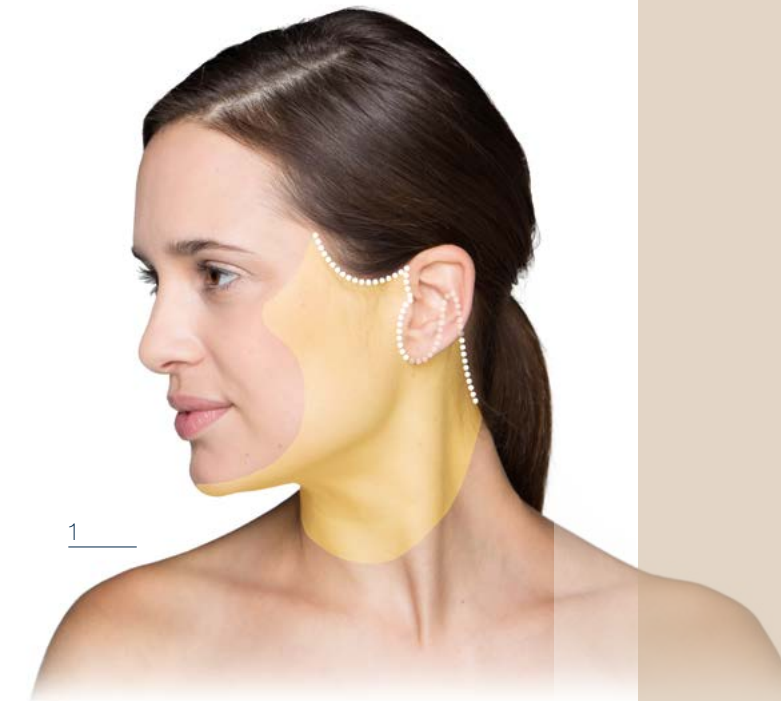
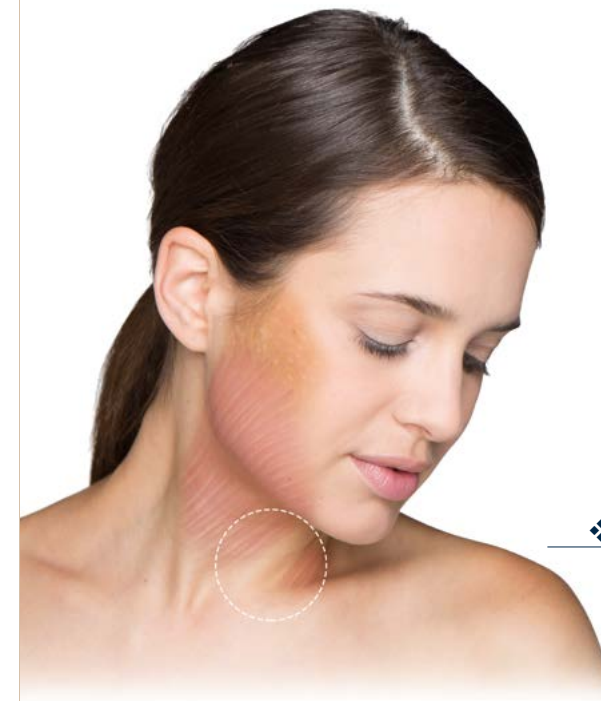
Ich führe ein Verfahren durch, das allen Anforderungen an ein Facelift gerecht wird: das HIGH SMAS Facelift.

Dieses Operationsverfahren wurde von Dr. Bruce Connell entwickelt und von Dr. Timothy Marten verfeinert.

HIGH bedeutet: die Straffung erfolgt oberhalb des Jochbeines und der Effekt auf das Gesicht wird größer: nicht nur die Wange, sondern auch das Mittelgesicht (Midface) werden verbessert. Dies ist ein entscheidender Vorteil der High SMAS Technik gegenüber anderen Facelift-Methoden.

SMAS bedeutet: Superfizielles Muskulo Aponeurotisches System.

❖ **SMAS** ist die muskuläre Struktur, die für die Ausstrahlung und Spannkraft des Gesichtes verantwortlich ist. Das SMAS ist wie ein Trampolin von einer Gesichtseite zur anderen gespannt und hat in der Mitte eine Lücke (siehe Kreis in der Grafik).



Die einzelnen Schritte der Facelift-OP

- 2 Im zweiten Schritt wird die darunterliegende Muskulatur nun in Höhe des Jochbogens präpariert (High SMAS). Die Muskulatur wird senkrecht nach oben gestrafft. Zielregion ist das Mittelgesicht und der seitliche Wangenbereich (weißer Pfeil). Wenn das Gewebe zu dünn ist, kann es auch gerafft werden.
- 3 Im dritten Schritt wird die Muskulatur am Hals parallel zum Unterkiefer gestrafft, die Kontur erscheint noch klarer (weißer Pfeil). Im Alter vergrößert sich die Mundspeicheldrüse und wird unterhalb des Unterkieferwinkels sicht- und tastbar. Je nach Befund kann die Verkleinerung durch Injektion von Botox® erfolgen. Sofern eine Fettabsaugung unter dem Kinn geplant ist, führe ich dies in einem 2. Schritt durch.

- 4 Im vierten Schritt wird bei ausgeprägtem Hautüberschuss zusätzlich die Muskulatur unter dem Kinn gerafft. Über einen Hautschnitt unterhalb der Kinnfalte verschließe ich die Muskellücke, ein eventuelles Fettdepot (Doppelkinn) wird mit entfernt.
- 5 Die Muskulatur ist nun wieder gespannt wie ein Trampolin. Die Haut wird spannungsfrei ausgebreitet, wie ein Tischtuch, das über dem Molton verrutscht ist. Der Überschuss wird entfernt und die Haut in zwei Schichten verschlossen.

Die High SMAS Methode ist aus meiner Sicht, nach mehr als 18 Jahren Erfahrung in der Gesichtschirurgie, die beste Methode.



Welche Risiken können beim Facelift bestehen?

Neben den allgemeinen Operationsrisiken gibt es beim Facelift zwei spezielle Risiken. Mit entsprechender Erfahrung sind sie sehr selten:

1. Verletzung des Fazialisnervs (Gesichtsnerv)
2. Durchblutungsstörungen der Haut

Das Risiko eines Nervenschadens hängt im Wesentlichen mit der Ausbildung und Erfahrung des Operateurs zusammen.

Das Risiko einer Durchblutungsstörung der Haut ist bei Rauchern 4x höher als bei Nichtrauchern. Den chronischen Schaden durch Nikotin können Sie nicht ändern. Er ist nicht messbar. Den Akutschaden durch Nikotin können Sie durch Verringerung bzw. Verzicht des Konsums vor der Operation beeinflussen.



Wie verhalten Sie sich nach der Operation?
Am Tag nach der Operation wird der leichte Schaumstoffverband entfernt. Um den Hals hängt ein Band, an dem Vakuumflaschen befestigt sind. Sie fördern das Wundsekret ab. Sehen Sie die Drainagen vorübergehend als Ihre Freunde an. Ich weiß das es lästig ist, aber es ist sinnvoll.

Sie gehen mit den Drainagen unter die Dusche und säubern sowohl Ihre Haare als auch die Wunden unter dem Wasserstrahl.

Sie werden abgeholt und sollten nicht selber fahren. Hilfreich ist ein Halstuch und ein Hut, um die Drainagen zu kaschieren. Sie tragen keinen Verband. Wenn die Entfernung mit dem PKW mehr als 1 Stunde beträgt, empfehle ich eine Übernachtung in einem nahegelegenen Hotel, Pension oder Ferienwohnung. So ersparen Sie sich Fahrzeit und können sich entspannen. Das Gesicht reagiert auf die Operation mit einer vorübergehenden Schwellung und blauen Flecken. Diese sind von unterschiedlicher Dauer und Ausprägung.

Beim Blick zur Seite spüren Sie die gestraffte Muskulatur. In der Tiefe bemerken Sie ein Spannungsgefühl. Dies wird einige Wochen anhalten.

Schmerzen verspüren Sie in der Regel nicht. Am Anfang können Wangen und Ohren stellenweise taub sein. Das Gefühl wird sich im Laufe von Wochen und Monaten normalisieren.

In den ersten Tagen ist es ratsam, auf dem Rücken zu schlafen. Nehmen Sie bitte ein Nackenkissen oder eine Nackenrolle zu Hilfe. So kann sich der Hals entfalten und staucht nicht zusammen.

Sie erhalten von uns ein Rezept über die erforderlichen Medikamente, die Sie am Anfang benötigen:

Dermaviduals® DMS Basiscreme High classic	mehrfach am Tag
Ibuprofen®	1-1-1
Bromelain-POS®	3-3-3
Clexane® 20-40 mg	1-0-0

Die gesamte Gesichtshaut braucht viel Feuchtigkeit. Auf die Wundränder (insbesondere hinter den Ohren!) und das gesamte Gesicht tragen Sie mehrfach am Tag eine Feuchtigkeitspflege (**Dermaviduals® DMS Basiscreme High classic**) auf. Die Feuchtigkeitspflege zieht schneller ein als sonst und Sie haben das Gefühl, sie hätten vergessen sich einzucremen. Ihre Haut braucht am Anfang deutlich mehr
Zuwendung: „Der Fisch muss schwimmen ... die Haut darf nicht trocken sein.“

Nach 2 Wochen verwenden Sie Ihre eigene Tages- oder Nachtcreme, an die Ihre Haut gewöhnt ist. **Ibuprofen®** dient der Vorbeugung von Schmerzen, hat aber auch abschwellenden Charakter. **Bromelain-POS®** ist ein natürliches Ananaspräparat und führt ebenfalls zur Abschwellung.

Anstelle von **Bromelain-POS®** können Sie auch **Arnica®** (z.B. D6: 5-5-5 Globuli) einnehmen.

Zur Vorbeugung einer Thrombose spritzen Sie selber 1x am Tag Heparin (**Clexane®**) ins Fettgewebe vom Bauch oder Oberschenkel. Das geht einfacher als Sie denken, wir zeigen es Ihnen gerne.

Bitte **kein Eis und keine heißen Kompressen oder heiße Handtücher** verwenden. Der Wangen- und Ohrbereich kann taub sein und Sie spüren nicht die Temperatur.

Waschen Sie bitte jeden Tag Ihre Haare mit einem ganz normalen Shampoo. Wichtig ist es, den Bereich hinter den Ohren zu reinigen. Hier bilden sich sonst Krusten, die zu einer Entzündung führen. Häufig berichten mir die Patienten, sie wollten nichts falsch machen, und vernachlässigen deswegen den Bereich hinter den Ohren. Und genau das ist nicht richtig.

Nach dem Duschen bitte sorgfältig das Gesicht abtrocknen und eincremen (sowohl die **Narben** vor dem Ohr, hinter dem Ohr als auch die Gesichtshaut). Die Haut braucht viel Feuchtigkeit. „**Der Fisch muss schwimmen**“, d.h. immer wieder eincremen. Die Haut darf nicht trocken werden.

Manchmal treten im Wundbereich Haarbalgentzündungen auf (kleine, gelblich gefüllte Bläschen dicht unter der Hautoberfläche).



Sie können problemlos mit **Manuka-Honig MGO 450** behandelt werden (erhältlich im Reformhaus / Internet).

Lymphdrainage nach der Operation
1 Woche nach der Operation empfehle ich Lymphdrainagen anzuwenden: 2x pro Woche, insgesamt 4 - 6 Behandlungen.

Behandelt wird das Gesicht, der Hals, das obere Dekolleté und manchmal auch der Bauchbereich. Die Lymphdrainage trägt zur Entspannung und Wohlbefinden sowie zum schnelleren Abschwellen des Gesichtes bei.

Bei der Wahl des Lymphtherapeuten empfehle ich jemanden aufzusuchen, der Erfahrung in der Behandlung des Gesichtes hat.



Wie verhalten Sie sich bei Entlassung mit Drainagen und Vakuumflasche?

Um den Hals hängt ein Schlüsselband, an dem eine Vakuumflasche für jede Seite befestigt ist.

Über die Drainageschläuche entleert sich noch etwas Wundwasser und Blut, und wird in der Vakuumflasche gesammelt.

Sie können mit den Drainagen duschen.
Die Wundränder der Haut sind verschlossen, es kann kein Wasser in die Wunde eindringen.



Vakuumflasche zusammengezogen:
• Sog ausreichend



Wie können Sie die Vakuumflasche wechseln?

Bitte entleeren Sie jeden Tag die Vakuumflaschen. Das ist ganz einfach:

1. Öffnen Sie den kleinen Verschluss durch Drehung nach links.
2. Entleeren Sie den Inhalt in ein Gefäß oder ins Waschbecken.
3. Drücken Sie bitte die Vakuumflasche wie einen Schwamm zusammen.
4. Verschließen Sie bitte wieder den Verschluss durch Drehung nach rechts.



Vakuumflasche ausgedehnt (mit Luft):
• Sog **nicht ausreichend**



Wie lange werden Sie ausfallen?

In den ersten 2 Wochen sind Sie aufgrund von leichten Schwellungen und blauen Flecken eingeschränkt. Die Schwellungen können sich aufgrund der Schwerkraft in die Unterlider verlagern.

Nach 2 - 3 Wochen erscheinen Sie für Außenstehende unauffällig. Noch verbleibende blaue Flecken können Sie mit einer Camouflage Creme abdecken, z.B. Vichy - **Dermablend®**.

Sie selber werden sich noch geschwollen, etwas fremd fühlen. Es braucht meist 2 Monate, um sich selbst wohl zu fühlen.

Gönnen Sie sich nach der Operation Ruhe und nehmen Sie sich nicht viel vor. Entscheidend ist nicht der Zeitraum, wann Sie wieder gut aussehen, sondern das Ergebnis.

Wann Sind Sie wieder einsatzfähig?

Direktes Sonnenlicht, Hitze, Sauna und Solarium empfehle ich für die Dauer von 4 Wochen konsequent zu meiden. In den Sommermonaten ist ein Sonnenschutz mit hohem Lichtschutzfaktor (50+) hilfreich.

Ihre sportlichen und sexuellen Aktivitäten können Sie meistens nach 4 Wochen wieder aufnehmen.

Lassen Sie es in den ersten Tagen ruhig angehen. Ihr Körper wird Ihnen schon mitteilen, wann Sie soweit sind. Beginnen Sie zunächst mit der Hälfte Ihrer sportlichen Aktivitäten. Nach 6 Wochen sind Sie wieder auf Ihrem sportlichen Level wie vorher und können alle Aktivitäten ausüben.

4 Wochen nach dem Eingriff können Sie Ihre Haare wieder tönen oder färben.



Welche Nachbehandlungen sind erforderlich?
3 - 4 Tage nach Entlassung aus der Klinik sehe ich Sie zur Wundkontrolle und zum Entfernen der Drainagen: das ist schmerzfrei. Der feine Faden wird nach 7 Tagen entfernt, die restlichen Fäden nach 9 Tagen.

Um das Ohrläppchen herum verbleibt ein dünner weißer Faden, der sich selber wieder auflöst. Bitte vermeiden Sie in den ersten 3 Wochen einen unbedachten Zug am Ohrläppchen, sonst kann es einreißen. Sollte es einreißen, können Sie es problemlos mit **Manuka-Honig MGO 450** behandeln (erhältlich im Reformhaus / Internet). Schmuck können Sie gerne nach 4 Wochen wieder tragen.

Auf Wunsch kann gerne zur Unterstützung der Narbenheilung ein Silikon Narben-Gel, z.B. **ScarSil®**, angewendet werden. Beginn 3 Wochen nach dem Eingriff.

Die letzten Veränderungen sind nach 9 - 12 Monaten abgeschlossen. Dies kann individuell unterschiedlich sein.

Danach sind weitere Kontrollen nach 6 Wochen, 3 + 6 + 12 Monaten empfehlenswert. In der ganzen Zeit finden noch kleine, aber wichtige Veränderungen statt. Eine Gesichtseite wird schneller abheilen als die andere, das ist völlig normal.

Manchmal sind ergänzende Behandlungen (Faltenbehandlung, Laserbehandlung) sinnvoll, um das Ergebnis zu verfeinern und so lange wie möglich aufrechtzuerhalten. Botulinum Toxin (Botox®) ist jederzeit möglich, Faltenbehandlung (wie Hyaluronsäure und Radiesse®) nach 3 Monaten.

Wie können Sie das Ergebnis aufrechterhalten?
Die letzten Veränderungen in Ihrem Gesicht sind in der Regel nach 1 Jahr beendet. Nun wird dieses operative Ergebnis für viele Jahre (8 - 10) bestehen bleiben.

Um das Ergebnis des Facelifts aufrechtzuerhalten, ist eine regelmäßige Nachbehandlung zu empfehlen. Die regelmäßige Unterstützung und Befeuchtung der Muskulatur und der Bandstrukturen mit Hyaluronsäure oder Radiesse® ermöglicht deutlich bessere Ergebnisse. Die Empfehlung ist, 1 - 2 mal pro Jahr gezielt das Gesicht in der Tiefe zu befeuchten.

Tag	Behandlung
1	Entlassung, Kontrolle
3 - 4	Entfernung Drainage
5 - 7	Teilentfernung Fäden
7 - 9	Teilentfernung Fäden
6 Wochen	Kontrolle, Foto
3 Monate	Kontrolle, Foto
6 Monate	Volumenbehandlung
1 Jahr	Kontrolle
danach 1x jährlich	Kontrolle



Offen,
wach und viel
entspannter.



Stirn- / Schläfenlift

Wann ist ein Stirn- / Schläfenlift sinnvoll?

Sind Sie ein guter Kandidat?

Ist die Stirn abgesunken oder haben Sie Schlupflider? Diese Frage ist für den Laien nicht immer einfach zu beantworten. Auf Jugendfotos lässt sich dies gut beurteilen, wenn Sie bewusst auf die Höhe der Augenbraue achten. War die Augenbraue noch nie besonders hoch, dann ist es für Sie normal. War die Augenbraue früher deutlich höher und ist jetzt abgesunken, dann erscheint die Augenpartie müde.

Damen haben einen leichten Schwung in der Augenbraue, der höchste Punkt ist am Übergang des äußeren zum mittleren Drittel der Augenbraue. Männer haben eher eine waagerechte Augenbraue.

Welche Methoden gibt es?

Bewährt haben sich drei Methoden:

1. Das Stirn- / Schläfenlift.
2. Das isolierte Schläfenlift.
3. Das direkte Augenbrauenlift.

Welche Risiken können beim Stirn- / Schläfenlift bestehen?

Neben den allgemeinen Operationsrisiken kann ein minimaler Unterschied in der Höhe der Augenbrauenposition entstehen. Viele Menschen haben dies schon vorher, ohne es je bemerkt zu haben.

Am Anfang kann der Stirnbereich stellenweise taub sein. Das Gefühl wird sich im Laufe von Wochen und Monaten normalisieren.

Welche Vorbereitungen können Sie treffen?

Einige Medikamente tragen nicht zum Erfolg des Stirn- / Schläfenlifts bei. Sie verändern die Blutgerinnung.

Bitte beachten Sie die Medikamentenliste auf der letzten Seite.

Es ist empfehlenswert, die hier genannten Medikamente 1 Woche vor der Operation abzusetzen. Auch Nahrungsergänzungsmittel wie z.B. Omega-3-Fettsäuren, Fischöl, Q10, Ginkgo, Ingwer und ähnlichen Substanzen sollten vorher nicht eingenommen werden.

Sind gerinnungshemmende Medikamente aus medizinischen Gründen angeordnet, bitte ich Sie, Rücksprache mit Ihrem Hausarzt oder Kardiologen zu halten. Eventuell ist eine Umstellung auf Heparin-Spritzen möglich. Unter Heparingabe kann ich Sie behandeln.

Erkundigen Sie sich bitte, welcher Lymphtherapeut in Ihrer Ortsnähe Erfahrung im Gesicht und Zeit für Sie hat.

Rauchen stört die Wundheilung und die Durchblutung. Das Risiko ist 4x höher als bei Nichtrauchern. Es sollte 6 Wochen vorher eingeschränkt werden. So können Sie selber zu einem guten Ergebnis der Operation beitragen.

Bitte waschen Sie am Abend vorher Ihre Haare. Gefärbte oder getönte Haare bitte 1 Woche vorher behandeln, sodass Sie anschließend 4 Wochen pausieren können.

Der Operationszeitpunkt sollte bei den Damen nicht mit der Periode zusammenfallen, da in dieser Zeit die Gerinnung des Blutes herabgesetzt ist.

Sollte sich bei Ihnen eine Erkältung, Halsentzündung oder eine andere Erkrankung anbahnen, benachrichtigen Sie uns bitte rechtzeitig. Organisieren Sie bitte einen Fahrer, der Sie am nächsten Tag abholt.

Wie können Sie sich den Eingriff eines Stirn- / Schläfenlifts vorstellen?

Der Eingriff wird in einem Dämmer Schlaf durchgeführt.

- 1 Beim Stirn- / Schläfenlift verläuft der Schnitt entweder an der Haargrenze oder innerhalb des Haarbereiches. Gelöst wird Haut und Fettgewebe. Das Stirn- / Schläfenlift ist sinnvoll, wenn der Abstand zwischen Augenbrauen und Haaranatz bei sehr tiefer Stirn angehoben oder bei sehr hoher Stirn verkürzt werden soll.
- 2 Beim isolierten Schläfenlift wird nur der seitliche Augenbrauenanteil angehoben, dies sieht deutlich attraktiver aus. Der innere Anteil der Augenbraue (zur Nase) wird nicht angehoben.

1

2

Die einzelnen Schritte der Stirn- / Schläfenlift-OP

Wie verläuft der Tag der Operation?

Sie kommen am Morgen nüchtern in unsere Praxis. Die Schwestern bereiten Sie vor: Anziehen der Kompressionsstrümpfe, Legen einer Infusionskanüle und Anschluss der EKG-Elektroden sowie der Blutdruckmanschette.

Nach Einzeichnen der Schnittführung leitet der Anästhesist die Narkose in entspannter Atmosphäre ein.
Der Eingriff dauert ca. 1,5 Stunden.

Am Ende der Operation wird ein leichter Schaumstoffverband angelegt. Dieser übt einen sanften Druck auf das Gewebe aus, um einer Schwellung des Gesichtes vorzubeugen. Im Haarbereich ist eine weiche Silikondrainage ausgeleitet. Sie fördert Wundsekret, welches in einer Vakuumflasche gesammelt wird.

Auf Ihr Gesicht werden feuchte Kompressen und eine spezielle Gesichtsmanschette zur Kühlung gelegt. Die Kühlung trägt zur Abschwellung bei.

Nach der Operation schlafen Sie in aller Ruhe aus und entspannen sich. Für einen günstigen Heilungsverlauf ist es wichtig, ruhig im Bett zu bleiben, nur wenig zu sprechen und nicht zu telefonieren. Angehörige bitte ich, wenn überhaupt, sich auf eine kurze Besuchszeit zu beschränken.

Das Einhalten der Anweisungen ist wichtig, da hierdurch die Entstehung von Blutergüssen (Hämatomen) deutlich geringer ist. Einige Stunden nach dem Eingriff führe ich einen ersten Verbandswechsel durch, um die Wunden zu kontrollieren.

Geben Sie Ihrem Gesicht die nötige Ruhe. Am Abend können Sie eine leichte Kost zu sich nehmen.

Wie verhalten Sie sich nach der Operation?

Am Tag nach der Operation werden Verband und Drainage entfernt. Sie gehen unter die Dusche, waschen Ihre Haare und säubern die Wundränder.

Wenn die Entfernung mit dem PKW mehr als 1 Stunde beträgt, empfehle ich eine Übernachtung in einem nahegelegenen Hotel, Pension oder Ferienwohnung. So ersparen Sie sich viel Pendelverkehr und können sich entspannen.

Das Gesicht wird nach der Operation mit einer vorübergehenden Schwellung und manchmal blauen Flecken reagieren, diese sind von unterschiedlicher Dauer und Ausprägung.

In den ersten Tagen ist es ratsam, auf dem Rücken zu schlafen. Nehmen Sie bitte ein Nackenkissen oder eine Nackenrolle zu Hilfe.

Sie erhalten von uns ein Rezept über die erforderlichen Medikamente, die Sie am Anfang benötigen:

Dermaviduals® DMS Basiscreme High classic	mehrfach am Tag
Ibuprofen®	1-1-1
Bromelain-POS®	3-3-3

Die Stirn braucht viel Feuchtigkeit. Auf die Wundränder tragen Sie 1 - 2 mal am Tag eine Feuchtigkeitspflege (**Dermaviduals® DMS Basiscreme High classic**) auf. Die Feuchtigkeitspflege zieht schneller ein als sonst und Sie haben das Gefühl, sie hätten vergessen sich einzucremen. Ihre Haut braucht am Anfang deutlich mehr Zuwendung:
„Der Fisch muss schwimmen ...
die Haut darf nicht trocken sein.“ .

Nach 2 Wochen verwenden Sie Ihre eigene Tages- oder Nachtcreme, an die Ihre Haut gewöhnt ist.

Ibuprofen® dient der Vorbeugung von Schmerzen, hat aber auch abschwellenden Charakter. **Bromelain-POS®** ist ein natürliches Ananaspräparat und führt ebenfalls zur Abschwellung. Anstelle von **Bromelain-POS®** können Sie aber auch **Arnica®** (z.B. D6: 5-5-5 Globuli) einnehmen.

Bitte **kein Eis und keine heißen Kompressen oder heiße Handtücher** verwenden. Der Wangen- und Ohrbereich kann taub sein und Sie würden die Temperatur nicht spüren.

Wichtig ist es, jeden Tag mit einem normalen Shampoo die Haare zu waschen. Nach dem Duschen bitte sorgfältig abtrocknen und eincremen. Die Haut braucht nach einer Operation viel Feuchtigkeit.

Manchmal treten im Wundbereich Haarbalg-entzündungen (kleine gelbliche Blasen dicht unter der Hautoberfläche) auf. Die Entzündungen können problemlos mit **Manuka-Honig MGO 450** behandelt werden (erhältlich im Reformhaus / Internet).

Lymphdrainage nach der Operation

1 Woche nach der Operation empfehle ich Lymphdrainagen anzuwenden: 2x pro Woche, insgesamt 4 - 6 Behandlungen.

Die Lymphdrainage trägt zur Entspannung, Wohlbefinden sowie zum schnelleren Abschwellen des Gesichtes bei.

Bei der Wahl des Lymphtherapeuten empfehle ich jemanden aufzusuchen, der Erfahrung in der Behandlung des Gesichtes hat.

Die Genesung für das optimale Ergebnis

Wann Sind Sie wieder einsatzfähig?
Direktes Sonnenlicht, Hitze, Sauna und Solarium empfehle ich, für die Dauer von 4 Wochen konsequent zu meiden. In den Sommermonaten ist ein Sonnenschutz mit hohem Lichtschutzfaktor (50 +) hilfreich.

Ihre sportlichen Aktivitäten und Saunagänge können Sie meistens nach 4 Wochen wieder aufnehmen. Lassen Sie es in den ersten Tagen ruhig angehen. Ihr Körper wird Ihnen schon mitteilen, wann Sie wieder soweit sind. Beginnen Sie zunächst mit der Hälfte Ihrer sportlichen Aktivitäten. Nach 6 Wochen sind Sie wieder auf Ihrem sportlichen Level und können alle Aktivitäten ausüben.

Wie lange werden Sie ausfallen?
Planen Sie bitte 2 Wochen Ausfallzeit ein, denn zwei Dinge kann ich Ihnen versprechen: Blaue Flecken und eine Schwellung. Die Schwellungen können sich aufgrund der Schwerkraft in die Unterlider verlagern.

Nach 2 Wochen können Sie noch verbleibende blaue Flecken mit einer Camouflage-Creme abdecken.

Die letzten Veränderungen sind nach 6 - 9 Monaten abgeschlossen. Dies kann individuell unterschiedlich sein.

Welche Nachbehandlungen sind erforderlich?
3 - 4 Tage nach Entfernung der Drainage sehe ich Sie zur Wundkontrolle wieder. Der feine Faden wird nach 7 Tagen entfernt, die restlichen Fäden nach 9 Tagen.

Auf Wunsch kann gerne zur Unterstützung der Narbenheilung ein Silikon Narben-Gel, z.B. **Scarsil®**, angewendet werden; Beginn nach 2 Wochen.

Weitere Kontrollen sind nach 3 Wochen, 3 + 6 + 12 Monaten empfehlenswert. In der ganzen Zeit finden noch kleine, aber wichtige Veränderungen statt. Es wird immer mal eine Stelle geben, die noch verhärtet oder geschwollen ist, dann wird sie wieder weicher, dann wieder härter. Das Gewebe arbeitet unterschiedlich.

Zeitplan Stirn- / Schläfenlift

Tag	Behandlung
1	Entlassung, Entfernung Drainage
5 - 7	Teilentfernung Fäden
7 - 9	Teilentfernung Fäden
6 Wochen	Kontrolle, Foto
3 Monate	Kontrolle, Foto
6 Monate	Kontrolle, Foto
1 Jahr	Kontrolle, Foto

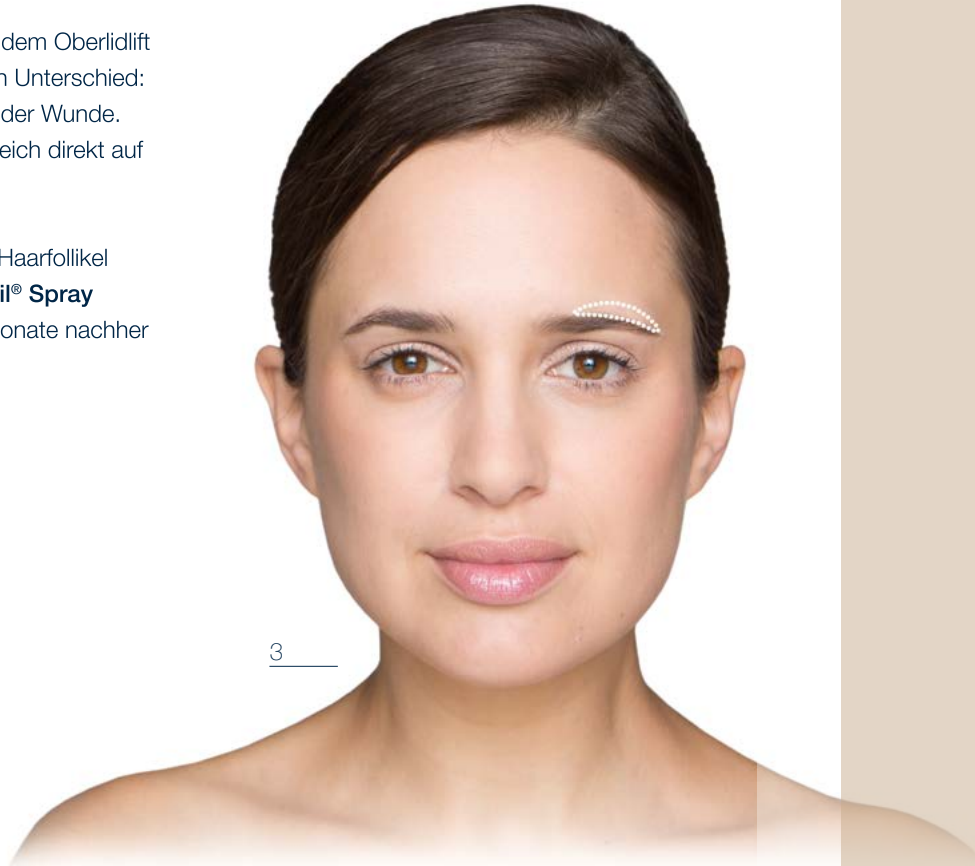
3 Direktes Augenbrauenlift
In ausgesuchten Fällen kann die Augenbraue auch direkt angehoben werden. Insbesondere bei einseitigen Befunden kann hierdurch ein gezielter Ausgleich erfolgen.

Über einen sichelförmigen Schnitt am Oberrand wird die Augenbraue angehoben. Der Eingriff ist ambulant und wird in einem Dämmer-schlaf durchgeführt: Sie schlafen und haben keine Schmerzen. Das Fadenmaterial wird nach 7 Tagen entfernt.

Die Nachbehandlung entspricht dem Oberlidlift (siehe Seite 42) mit dem einzigen Unterschied: es klebt kein Pflasterstreifen auf der Wunde. Die **Dermaviduals® Lidlotion** gleich direkt auf die Wunde auftragen.

Zur besseren Durchblutung der Haarfollikel ist die Anwendung von **Minoxidil® Spray** (2x tgl.) 1 Monat vorher und 2 Monate nachher empfohlen.

Die Narbe ist am Anfang auffällig und gerötet. Nach 2 Wochen können Sie die Narbe mit einer Camouflage-Creme abdecken. Sie können Sie nach 3 Wochen täglich massieren. Nach ca. 6 Monaten ist die Narbe in der Regel unscheinbar. Dies kann individuell unterschiedlich sein.



Für noch
schönere
Augenblicke.



Oberlidlift

Wann ist ein Oberlidlift sinnvoll?

Sind Sie ein guter Kandidat?

Das Schlupflid ist sehr häufig und schränkt manchmal das Gesichtsfeld ein. Das Auge wirkt müde und traurig. Niemand möchte gerne müde wirken, wenn er ausgeschlafen ist.

Wie erkenne ich eine Lidptosis?

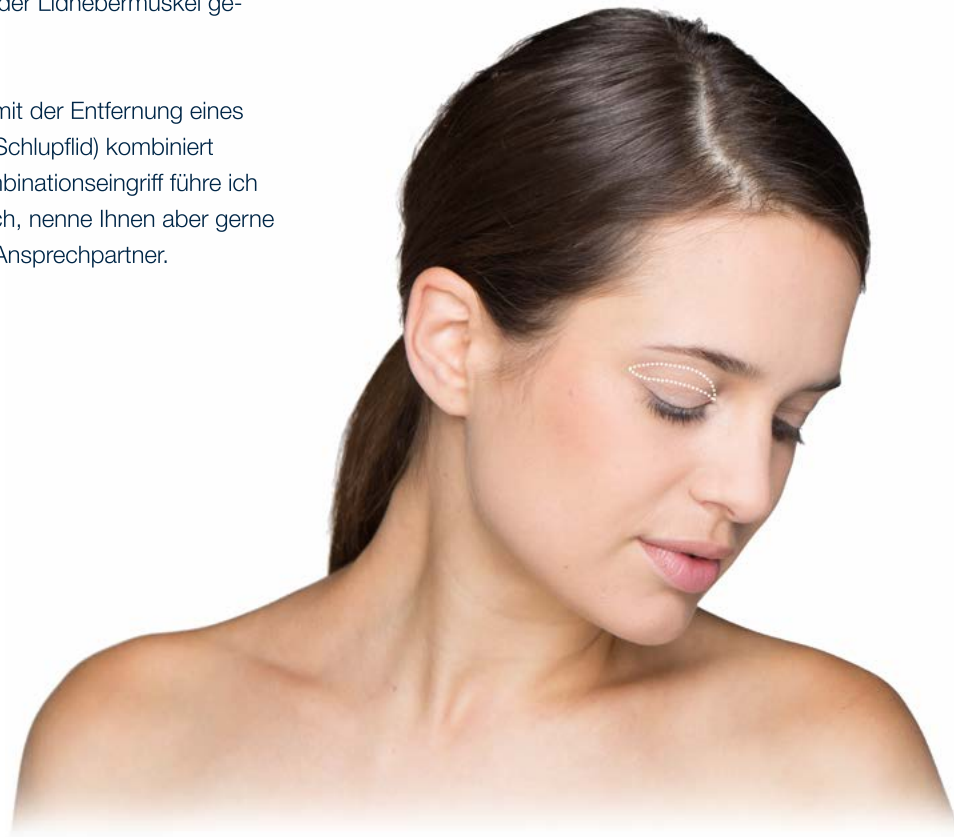
Wichtig ist die Unterscheidung der Lidptosis vom Schlupflid. Bei der Lidptosis (Blepharoptosis) hängt das Oberlid herab. Die Lidkante „sitzt“ direkt auf der Pupille, oberhalb der Pupille ist nicht mehr der bunte Anteil des Auges sichtbar. Das Auge wirkt müde und schläfrig. In diesem Fall muss der Lidhebermuskel gestrafft werden.

Dieser Eingriff kann mit der Entfernung eines Hautüberschusses (Schlupflid) kombiniert werden. Diesen Kombinationseingriff führe ich persönlich nicht durch, nenne Ihnen aber gerne einen kompetenten Ansprechpartner.

Wie können Sie sich den Eingriff eines Oberlidlifts vorstellen?

In der Lidfalte besteht ein Hautüberschuss, der sich seitlich vom Auge fortsetzt. Bei Entfernung des Hautstreifens lasse ich den Schnitt seitlich auslaufen, um auch diesen Überschuss zu entfernen. Ich lege den Schnitt in eine vorhandene Falte (Krähenfuß).

Am Anfang werden Sie diesen Teil der Narbe sehen, Sie können es gut überschminken. Nach 2 - 3 Monaten verblasst die Narbe und wird unscheinbar.



Der Eingriff dauert 45 Minuten, das Zeitfenster, das Sie bei uns in der Praxis verbringen, beträgt ca. 2 Stunden. Es vergeht immer mehr Zeit, als man denkt.

Viele Patienten wünschen sich, von dem Eingriff nichts mitzubekommen. Daher führe ich den Eingriff im Dämmer Schlaf durch: Sie schlafen und haben keine Schmerzen.

Welche Risiken können beim Oberlidlift bestehen?

Neben den allgemeinen Operationsrisiken gibt es spezielle Risiken:

1. Es darf nicht zu viel Haut entfernt werden, sonst können Sie die Augen nicht richtig schließen.
2. Verletzungsgefahr des Auges.
3. Verstärkung einer vor bestehenden Augentrockenheit.

Welche Vorbereitungen können Sie treffen?

Einige Medikamente tragen nicht zum Erfolg des Oberlidlifts bei. Sie verändern die Blutgerinnung.

Bitte beachten Sie die Medikamentenliste auf der letzten Seite.

Es ist empfehlenswert, die hier genannten Medikamente 1 Woche vor der Operation abzusetzen. Auch Nahrungsergänzungsmittel wie z.B. Omega-3-Fettsäuren, Fischöl, Q10, Ginkgo, Ingwer und ähnliche Substanzen sollten vorher nicht eingenommen werden.

Sind gerinnungshemmende Medikamente aus medizinischen Gründen angeordnet, bitte ich Sie, Rücksprache mit Ihrem Hausarzt oder Kardiologen zu halten. Eventuell ist eine Umstellung auf Heparin-Spritzen möglich. Unter Heparingabe kann ich den Eingriff durchführen.

Der Operationszeitpunkt sollte bei den Damen nicht mit der Periode zusammenfallen, da in dieser Zeit die Gerinnung des Blutes herabgesetzt ist.

Sollte sich bei Ihnen eine entzündliche Lid-schwellung, Erkältung, Halsentzündung oder eine andere Erkrankung anbahnen, benachrichtigen Sie uns bitte rechtzeitig.

Organisieren Sie bitte einen Fahrer, der Sie abholt.

Die Genesung für das optimale Ergebnis

Wie verhalten Sie sich nach der Operation?

Bitte lassen Sie sich nach Hause fahren, Ihre Augen sind geschwollen. Auf dem Weg nach Hause legen Sie feuchte Kompressen auf Ihre Augen. Vermeiden Sie bitte am OP-Tag und in den folgenden Tagen Bewegungen mit dem Kopf nach unten, z.B. Bücken oder Heben, das erhöht den Druck im Kopf.

Sie erhalten von uns ein Rezept über die erforderlichen Medikamente, die Sie am Anfang benötigen:

Dermaviduals® Lidlotion	mehrfach am Tag
Ibuprofen®	1-1-1
Bromelain-POS®	3-3-3
Eye Mask von Epi Nouvelle	mehrfach am Tag

Die **Dermaviduals® Lidlotion** tragen Sie bitte am 1. Tag nach der Operation direkt auf den Pflasterstreifen am Oberlid auf (2 - 3 mal täglich). Das Pflaster wird sich vollsaugen und löst sich bald ab. Danach können Sie die Salbe direkt auf die Nähte auftragen.

Ibuprofen® dient der Vorbeugung von Schmerzen, hat aber auch abschwellenden Charakter.

Bromelain-POS® ist ein natürliches Ananaspräparat und führt ebenfalls zur Abschwellung. Anstelle von **Bromelain-POS®** können Sie auch **Arnica®** (z.B. D6: 5-5-5 Globuli) einnehmen.

Ich empfehle Ihnen, die Augen nach der Operation gut zu kühlen. Wenn Sie sich am Anfang Zeit zum Kühlen nehmen, schwellen die Augen schneller wieder ab. Sie haben Ihr Glück selber in der Hand.

Hilfreich sind feuchte Kompressen, ein nasser Waschlappen oder eine spezielle Feuchtigkeitsbrille (**Eye Mask** von Epi Nouvelle), die wir Ihnen mitgeben.

Bitte verwenden Sie kein Eis: Das Gewebe versucht aufgrund der starken Kühlung die Temperatur durch vermehrte Durchblutung auszugleichen. Es kommt zu einer noch stärkeren Schwellung. Wenn Sie viel kühlen, können Sie nicht lesen und nicht Fernsehen. Gute Musik und schöne Hörbücher überbrücken wunderbar die Langeweile.

Zum Schlafen legen Sie sich feuchte Kompressen auf die Augen und darüber ein lockeres Stirnband. So können Sie bequem schlafen und es kühlt sogar noch über Nacht. In den ersten Tagen ist es ratsam, auf dem Rücken zu schlafen. Nehmen Sie bitte ein Nackenkissen oder eine Nackenrolle zu Hilfe.

Sie können gerne jeden Tag duschen und Ihre Haare waschen mit einem ganz normalen Shampoo. Die Wunden sind verschlossen, es kann kein Wasser eindringen.

Wenn Sie Kontaktlinsenträger sind, empfiehlt es sich die Linsen erst nach 2 Wochen wieder einzusetzen; durch zu frühes Einsetzen kann die Naht sich wieder öffnen.

Wie lange werden Sie ausfallen?

Planen Sie bitte 2 Wochen Ausfallzeit aufgrund von blauen Flecken und Schwellung ein. Nach der Operation schwellen die Lider an, der Höhepunkt ist nach 3 Tagen, anschließend schwellen sie wieder ab.

Die Schwellungen können sich aufgrund der Schwerkraft in die Unterlider verlagern. Nach 2 Wochen können Sie noch verbleibende blaue Flecken mit einer Camouflage-Creme abdecken.

3 Wochen nach dem Eingriff können Sie Ihre Augen wieder „reiben“, eine leichte Massage ist sogar von Vorteil. Wenn Sie vorher Ihre Augen massieren, kann die Naht wieder aufgehen.

Sportliche Aktivitäten und Sauna führen zu einer vermehrten Durchblutung und Anschwellung. Wenn die operativen Schwellungen noch nicht ganz abgeklungen sind, sollten Sie noch mit Sport und Sauna warten. Nach ca. 3 Wochen können Sie langsam beginnen. „Ihr Körper wird Ihnen schon mitteilen, wann Sie soweit sind.“

Die letzten Veränderungen sind nach 6 - 9 Monaten abgeschlossen. Dies kann individuell unterschiedlich sein.

Auf Wunsch kann gerne nach 3 Wochen zur Unterstützung der Narbenheilung ein Silikon Narben-Gel, z.B. **ScarSil®**, angewendet werden. Es ist aber nicht unbedingt erforderlich.

Welche Nachbehandlungen sind erforderlich?

1 Woche nach dem Eingriff sehe ich Sie wieder, um das Fadenmaterial zu entfernen. Das ist nicht schmerzhaft.

Bitte verwenden Sie keine Bepanthen® Salbe mehr, es können sich Allergien entwickeln aufgrund des enthaltenen Wollwachses. Pflegen Sie das Oberlid bitte weiter mit einer Tages- oder Nachtcreme, an die Ihre Haut gewöhnt ist.

Danach sind weitere Kontrollen nach 6 Wochen, 6 + 12 Monaten empfehlenswert. In der ganzen Zeit finden noch kleine, aber wichtige Veränderungen statt. Es wird immer mal eine Stelle geben, die noch verhärtet oder geschwollen ist, dann wird sie wieder weicher, dann wieder härter. Das Gewebe arbeitet unterschiedlich. Ein Augenlid wird schneller abheilen als das andere, das ist völlig normal. Manchmal bilden sich Milien (kleine weiße Punkte, das sind verstopfte Talgdrüsen). Sie sind harmlos und können von der Kosmetikerin entfernt werden.

Zeitplan Oberlidlift

Tag	Behandlung
5 - 7	Entfernung Fäden
6 Wochen	Kontrolle, Foto
6 Monate	Kontrolle, Foto

Schluss mit
geschwollenen
Unterlidern.



Unterlidlift

Wann ist ein Unterlidlift sinnvoll?

Sind Sie ein guter Kandidat?

Der sog. Tränensack lässt Ihr Auge müde und traurig erscheinen. Niemand möchte gerne müde wirken, wenn er ausgeschlafen ist. Mehrere Aspekte sind beim Unterlid zu unterscheiden:

1. Haben Sie Tränensäcke?

Ein Tränensack hat nichts mit Tränen zu tun, sondern es handelt sich um eine Vorwölbung von Fettgewebe. Der Tränensack ist gut sichtbar, spätestens wenn Sie den Kopf gerade halten und nur mit den Augen nach oben schauen. Dann wölbt sich der Tränensack hervor.

Tränensäcke werden operativ behandelt – siehe **Unterlidlift von innen** (Seite 48).

2. Haben Sie zu viel Hautüberschuss?

Es geht um zu viel Faltenbildung am Unterlid beim entspannten Blick. Wenn Sie lachen, verstärken sich diese Falten, das ist normal. Es sind positive Lachfalten.

Der Hautüberschuss wird operativ behandelt – siehe **Unterlidlift von außen** (Seite 49).

3. Sind die Augenringe ausgeprägt?

Manche Menschen sehen müde aus, obwohl sie weder Tränensäcke noch einen Hautüberschuss haben.

Die Ursache können Augenringe sein: eingesunkene Partien am unteren Rand der Augenhöhle, in denen sich Schatten zeigt.

Die Behandlung kann entweder mit Hyaluronsäure oder mit Eigenfett erfolgen. Der Augerring wird durch die Behandlung gemildert, er verschwindet nicht komplett.

Die Behandlung mit Hyaluronsäure erfordert viel Erfahrung. Eine stufenweise Behandlung ist sinnvoll, um eine Überkorrektur zu vermeiden.



Vor einer eventuellen zweiten Behandlung empfehle ich, 6 Wochen zu warten. Es kommt aufgrund der Wasserbindung von Hyaluronsäure zu einer nachträglichen Verbesserung des Befundes.

Bei regelmäßiger Anwendung können sehr schöne Langzeitergebnisse erzielt werden. Alternativ kann auch Eigenfett benutzt werden. Dies ist insbesondere für Patienten interessant, die eine Körperformung planen. Aufgrund der unterschiedlichen Technik sind die Schwellungen nach der Eigenfettbehandlung ausgeprägter als nach der Hyaluronsäurebehandlung.

1 4. Haben Sie eine Schwellung unterhalb der Augenhöhle?

Tasten Sie bitte am Unterlid die Knochenkante der Augenhöhle. Wenn sich eine Schwellung unterhalb davon befindet, hat es nichts mit dem Unterlid zu tun.

1



Es wird als Festoon (engl.: Girlande) bezeichnet. Das Festoon besteht aus Haut, Fettgewebe und Lymphgewebe. Das Lymphgewebe schwillt immer mal wieder an und ab.

2 Vielleicht kommt Ihnen das bekannt vor?

Wenn Sie lange schlafen, wachen Sie erholt auf, blicken in den Spiegel und sehen eine Schwellung am Unterlid. Durch fehlende Augenbewegungen im Schlaf staut sich die Lymphflüssigkeit und wird nicht abgepumpt.

2



Tagsüber geht die Schwellung wieder zurück, da die Augenbewegungen die Lymphe wieder abpumpen. Ihr Aussehen verbessert sich.

Sie öffnen und schließen das Auge mittels des ringförmigen Muskels. Gleichzeitig „pumpt“ der Augenmuskel die Lymphflüssigkeit ab. Wenn Sie wenig schlafen, wachen Sie übermüdet auf, blicken in den Spiegel und sehen am Unterlid kaum geschwollen aus. Durch kürzere oder keine Schlafzeit und Augenbewegungen staut sich nicht die Lymphflüssigkeit.

Die einzelnen Schritte der Unterlidlift-OP

Wie können Sie sich den Eingriff eines Unterlidlifts vorstellen?

Es werden verschiedene Methoden unterschieden:

1 1. Unterlidlift von innen

Das vorgewölbte Fettgewebe entferne ich durch die Bindehaut (transkonjunktival). Der innen liegende Schnitt wird nicht vernäht. Die Naht würde sonst auf der Hornhaut reiben und das Auge reizen; der Schnitt verheilt von selbst.

Mit hoher Wahrscheinlichkeit kann so ein Absinken der Unterlidkante (Ektropium, Triefauge) vermieden werden.

1



2 Um das äußere Fettpolster zu verringern ist manchmal ein kleiner zusätzlicher Hautschnitt erforderlich. Äußerlich sehen Sie später keine Narbe.

Den Eingriff führe ich im Dämmer Schlaf durch: Sie schlafen und haben keine Schmerzen. Während des Eingriffes ist das Auge durch eine Schutzkappe abgedeckt, um eine Verletzung zu vermeiden.

Die Operation dauert 60 Minuten, das Zeitfenster, das Sie bei uns in der Klinik verbringen, beträgt ca. 2 Stunden. Es vergeht immer mehr Zeit, als man denkt.

2



3 2. Unterlidlift von außen

Um ein Absinken der Unterlidkante zu vermeiden, wird zunächst der äußere Lidwinkel mit einem Faden an der Knochenkante angeheftet: Kanthopexie.

Kanthos (griechisch: Augenwinkel), pexis (griechisch: anheften).

Dies ist eine wichtige Sicherheitsmaßnahme. Die Kanthopexie wird immer beim Unterlidlift von außen angewandt.

3



4 Über einen Schnitt in der zarten Falte unterhalb der Wimpern entferne ich einen Hautstreifen. Die Narbe verheilt meist so, dass sie nicht mehr sichtbar ist. Die Länge des Schnittes ist nicht entscheidend, sondern wie viel an Höhe entfernt wird. Ich entferne immer ein bisschen weniger Haut, als es möglich wäre. Hierdurch verringert sich das Risiko des Absinkens der Unterlidkante.

Die Unterlidfalten werden glatter, aber nicht glatt. Bei gleichzeitigem Vorliegen von Tränensäcken kann das überschüssige Fettgewebe mit entfernt werden.

4



Den Eingriff führe ich im Dämmer Schlaf durch: Sie schlafen und haben keine Schmerzen. Die Operation dauert 60 Minuten, das Zeitfenster, das Sie bei uns in der Klinik verbringen, beträgt ca. 2 Stunden.

Die Genesung für das optimale Ergebnis

Welche Risiken können beim Unterlidlift bestehen?

Neben den allgemeinen Operationsrisiken:

- 1. Ektropium (Triefauge), ein Absinken der Lidkante.
- 2. Lang anhaltende lymphatische Schwellneigung bis zu 6 Monaten.
- 3. Eine vor bestehende Augentrockenheit kann sich verschlechtern.

Welche Vorbereitungen können Sie treffen?

Einige Medikamente tragen nicht zum Erfolg Ihres geplanten Eingriffes bei. Sie verändern die Blutgerinnung.

Bitte beachten Sie die Medikamentenliste auf der letzten Seite.

Es ist empfehlenswert, die hier genannten Medikamente 1 Woche vor der Operation abzusetzen. Auch Nahrungsergänzungsmittel wie z.B. Omega-3-Fettsäuren, Fischöl, Q10, Ginkgo, Ingwer und ähnliche Substanzen sollten vorher nicht eingenommen werden.

Sind gerinnungshemmende Medikamente aus medizinischen Gründen angeordnet, bitte ich Sie, Rücksprache mit Ihrem Hausarzt oder Kardiologen zu halten. Eventuell ist eine Umstellung auf Heparin-Spritzen möglich. Unter Heparingabe kann ich operieren.

Der Operationszeitpunkt sollte bei den Damen nicht mit der Periode zusammenfallen, da in dieser Zeit die Gerinnung des Blutes herabgesetzt ist.

Sollte sich bei Ihnen eine entzündliche Lid-schwellung, Erkältung, Halsentzündung oder eine andere Erkrankung anbahnen, bitte benachrichtigen Sie uns rechtzeitig.

Organisieren Sie bitte einen Fahrer, der Sie abholt.

Wie verhalten Sie sich nach der Operation?

Bitte lassen Sie sich nach Hause fahren, Ihre Augen sind geschwollen. Auf dem Weg nach Hause legen Sie bitte feuchte Kompressen auf Ihre Augen.

Vermeiden Sie bitte am OP-Tag und in den folgenden Tagen Bewegungen mit dem Kopf nach unten, wie z.B. Bücken, Heben. Diese erhöhen den Druck im Kopf.

Sie erhalten von uns ein Rezept über die erforderlichen Medikamente, die Sie am Anfang benötigen:

Ibuprofen®	1-1-1
Bromelain-POS®	3-3-3
Isopto-Max® Augentropfen	mehrfach am Tag
Eye Mask von Epi Nouvelle	mehrfach am Tag

Ibuprofen® dient der Vorbeugung von Schmerzen und hat zusätzlich abschwellenden Charakter. **Bromelain-POS®** ist ein natürliches Ananaspräparat und führt ebenfalls zur Abschwellung. Anstelle von **Bromelain-POS®** können Sie auch **Arnica®** (z.B. D6: 5-5-5 Globuli) einnehmen.



Nach der Operation klebt auf dem Unterlid ein **Silikonpflaster**. Dies hilft, die anfängliche Schwellung herunterzudrücken. Am Rand des Unterlides sammelt sich manchmal Tränenflüssigkeit, das Silikonpflaster verfärbt sich weißlich. Das ist normal und nicht beunruhigend. Nach 1 Woche wird das Silikonpflaster entfernt.

Ich empfehle Ihnen, die Augen gut zu kühlen. Wenn Sie sich am Anfang Zeit nehmen, schwellen die Augen schneller wieder ab. Sie haben Ihr Glück selber in der Hand. Hilfreich zum Kühlen sind feuchte Kompressen, ein nasser Waschlappen oder eine spezielle Feuchtigkeitsbrille (**Eye Mask** von Epi Nouvelle), die wir Ihnen mitgeben.

Bitte verwenden Sie kein Eis: Das Gewebe versucht aufgrund der starken Kühlung die Temperatur durch vermehrte Durchblutung auszugleichen. Es kommt zu einer noch stärkeren Schwellung.

Beim Unterlidlift von außen kann gerne nach 3 Wochen zur Unterstützung der Narbenheilung ein Silikon Narben-Gel, z.B. **ScarSil®**, angewendet werden.

Wenn Sie viel kühlen, können Sie nicht lesen und nicht Fernsehen. Gute Musik und schöne Hörbücher überbrücken wunderbar die Lange- weile. Zum Schlafen legen Sie sich feuchte Kompressen auf die Augen und darüber ein lockeres Stirnband. So können Sie bequem schlafen und es kühlt sogar noch über Nacht. In den ersten Tagen ist es ratsam, auf dem Rücken zu schlafen. Nehmen Sie bitte ein Nackenkissen oder eine Nackenrolle zu Hilfe.

Unterlidlift von innen:
Bringen Sie bitte zusätzlich 2 - 3 mal täglich die Augentropfen (**Isopto-Max®**) ein. Hierbei bitte nur das Oberlid anheben. Vermeiden Sie bitte jegliche Manipulation am Unterlid.

Sie können gerne jeden Tag duschen und Ihre Haare waschen mit einem ganz normalen Shampoo. Die Wunden sind verschlossen, es kann kein Wasser eindringen.

Wie lange werden Sie ausfallen?
Planen Sie bitte 2 Wochen Ausfallzeit ein, denn zwei Dinge kann ich Ihnen versprechen: Blaue Flecken und eine Schwellung.

Nach 2 Wochen lassen sich die Reste von blauen Flecken sehr gut mit Camouflage- Creme abdecken.

Wann sind Sie wieder einsatzfähig?
Sportliche Aktivitäten und Sauna führen zu einer vermehrten Durchblutung und Schwellung. Wenn die operativen Schwellungen noch nicht ganz abgeklungen sind, sollten Sie mit Sport und Sauna noch warten. Nach ca. 3 Wochen können Sie langsam beginnen. Hören Sie auf Ihren Körper: „Er wird Ihnen schon mitteilen, wann Sie soweit sind.“

Die letzten Veränderungen sind nach 6 - 9 Monaten abgeschlossen.Dies kann indivi- duell unterschiedlich sein.

Wenn Sie Kontaktlinsenträger sind, empfiehlt es sich die Linsen erst nach 2 Wochen wieder einzusetzen; durch zu frühes Einsetzen kann die Naht sich wieder öffnen.

Welche Nachbehandlungen sind erforderlich?
1 Woche nach dem Eingriff sehe ich Sie wieder, um das Fadenmaterial / Silikonpflaster zu ent- fernen. Danach sind weitere Kontrollen nach 6 Wochen, 6 + 12 Monaten empfehlenswert. In der ganzen Zeit finden noch kleine, aber wichtige Veränderungen statt.

Es wird immer mal eine Stelle geben, die noch verhärtet oder geschwollen ist, dann wird sie wieder weicher, dann wieder härter. Das Gewe- be arbeitet unterschiedlich. Ein Augenlid wird schneller abheilen als das andere, das ist normal.

Zeitplan Unterlidlift:

Tag	Behandlung
5 - 7	Entfernung Fäden, Pflaster
6 Wochen	Kontrolle, Foto
6 Monate	Kontrolle, Foto
1 Jahr	Kontrolle, Foto

Medikamentenliste

Bitte bedenken Sie, das bei Einnahme dieser Medikamente eine Behandlung nicht durchgeführt werden kann! Bitte halten Sie Rücksprache!

Präparat	Handelsname
Phenpro-coumon	Marcumar
Acetylsalicyl-säure	Acesal Acesal Express Acetylsalicylsäure 500 Alka Seltzer Classic Asasantin Aspirin Aspro Aspirin Plus C Aspirin Protect Ass+C Ass 100 Hexal Ass Ratiopharm 100 Boxazin Plus C Dolviran N Contradol Gelonida Na Godamed 100 Godamed 500 Ha Tabletten N Hermes Ass Hermes Ass Plus Melabon Neuralgin Spalt Plus Coffein Spalt Schmerztabletten Thomapyrin C Thomapyrin Togal Ass Togal

Präparat	Handelsname
Clopidogrel	Plavix
Ticagrelor	Brilique
Prasugrel	Efient
Edoxaban	Eliquis
Dabigatran	Pradaxa
Rivaroxaban	Xarelto
Nahrungs-mittel	Ingwer Gingko Fischöl (Omega-3-Fettsäure) Selen Vitamin K Vitamin E Bromelain Arnica



Persönliche Notizen

HAUTMEDIZIN

BAD SODEN

Hautmedizin Bad Soden
BAG in Partnerschaft

Kronberger Straße 36a
65812 Bad Soden/Ts.
Tel.: +49 (0) 6196 - 651 55 0
Fax: +49 (0) 6196 - 651 55 30
info@hautmedizin-badsoden.de
www.hautmedizin-badsoden.de