



# So individuell wie Sie.

Ausgewählte Methoden der Gesichtsbehandlung



Dr. Stefan Kalthoff

|    |                            |
|----|----------------------------|
| 6  | Analyse                    |
| 12 | Falten & Volumenbehandlung |
| 20 | Ultherapy                  |
| 24 | Liposuktion                |
| 26 | Facelift                   |
| 40 | Stirn-/ Schläfenlift       |
| 47 | Augenbrauenlift            |
| 48 | Oberlidlift                |
| 54 | Unterlidlift               |

#### Erfahrungen:

1987 - 2003

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

seit 2003

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

#### 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 2020

Auch 2020 gehört Dr. Stefan Kalthoff

– zum fünften 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 2020“ 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





Schön und  
harmonisch, da  
proportional.

Die ersten Schritte



Es ist nicht so einfach, objektive Antworten darauf zu finden, warum der Mensch ein Gesicht für schöner hält als ein anderes. Wenn man ein schönes Gesicht betrachtet, konzentriert sich das Auge auf Bereiche, die mit gefälligen Formen hervorgehoben werden.

Dabei stößt man immer wieder auf das Proportionsverhältnis des Goldenen Schnittes: Das Verhältnis von 1.0 zu 1.618 wird als besonders attraktiv empfunden.

Je genauer Körper- und Gesichtsproportionen der Formel des Goldenen Schnittes entsprechen, desto schöner gilt der Mensch. Bei den Griechen war dieses Verhältnis als „göttliche Proportion“ bekannt.

Wie kann man die Proportionen messen?

Schon seit Jahrhunderten werden Messgeräte verwendet, um Proportionen zu erfassen.

❖ Zu einer ausgiebigen Analyse Ihres Gesichts verwende ich einen „Caliper“, den der kanadische Plastische Chirurg Dr. Arthur Swift konstruiert hat.

Der „Caliper“ (ähnlich einem Messschieber) zeigt exakt die perfekten Proportionen des Goldenen Schnittes an. Das Verhältnis der kurzen zu den längeren Armen bleibt bei Öffnung des Winkels immer gleich. Die präzise Kurve im gelenkigen Verlängerungsarm zeigt Gesichtskonturwinkel- und Volumendefizite an.



Durch Vermessen der Gesichtsproportionen kann ich die Regionen für Falten- und Volumenbehandlungen exakt erfassen und kennzeichnen:

Z. B. ist der innere Abstand zwischen den Augen eine konstante Landmarke für jedes einzelne Gesicht, auch mit zunehmendem Alter. Aus der Messung können ästhetische Proportionen abgeleitet und überprüft werden.



Proportionen sind messbar



Um ein anmutendes Ergebnis zu erzielen, ist es wichtig, die dritte Dimension – den Volumenverlust – zu erkennen. Jedes Gesicht ist einzigartig.

Eine Gesichtsverjüngung umfasst zum einen die Volumenrestauration, aber auch die Konturierung an den ästhetisch geeigneten Stellen.

Proportionen und Harmonie sind im Gesicht von entscheidender Bedeutung, daher darf im Mittelgesicht nur sehr dosiert Füllmaterial verwendet werden. Sehr schnell würde sonst das Gesicht unnatürlich wirken.

Die ästhetische Behandlung des Gesichts ist nicht schwer. Es ist aber schwer für Sie als Patient zu wissen, was Sie eigentlich möchten. Die Informationen im Internet sind vielfältig und verwirrend...

In der Werbung werden sehr hohe realitätsfremde Hoffnungen geweckt. Das „Lifting ohne Skalpell“ ist ein alter Menschheitstraum, der aus meiner Sicht aber nicht möglich ist. Zaubern kann ich leider nicht.

Im Beratungsgespräch schildern Sie Ihre Wünsche und Vorstellungen.

- ❖ Von den in der Grafik dargestellten acht Eigenschaften suchen Sie bitte drei aus, die Ihnen wichtig sind. Es gibt Ihnen Klarheit, welches Ergebnis Sie sich vorstellen und erhoffen.

Jede der von Ihnen gewählten Eigenschaften steht in Beziehung zu anatomischen Bereichen im Gesicht, wie sie beispielhaft in der Abbildung dargestellt ist.

Unter Berücksichtigung der Eigenschaften, die Sie ausgewählt haben, gebe ich Ihnen meine Empfehlung und einen Behandlungsplan. Meine Empfehlungen beruhen auf der Abwägung aller Möglichkeiten der nicht-operativen und operativen Methoden.

Eine ausgiebige Analyse Ihres Gesichts ist dafür sehr wichtig und erfordert Zeit, um Klarheit zu bekommen. Nicht alle Ihre Wünsche können durch eine Behandlung erfüllt werden und Sie brauchen Geduld.

Wenn Sie wissen, was Sie möchten, wird es einfacher in der Entscheidung für eine bestimmte Behandlungsmethode.

Viele Ziele können durch nichtoperative Maßnahmen erreicht werden. Manchmal ist eine operative Maßnahmen sinnvoll.

Umfassend und realistisch erkläre ich Ihnen die Vorgehensweise der jeweiligen Behandlung und bespreche mit Ihnen die Risiken und mögliche Komplikationen.

Bei operativen Behandlungen erhalten Sie einen schriftlichen Kostenvoranschlag, der für ein Jahr gültig ist. Wenn Sie sich für einen Eingriff entscheiden, sehe ich Sie ca. eine Woche vorher zu einem zweiten Gespräch. Hier kläre ich noch offene Fragen und Sie sprechen mit dem Narkosearzt.

**Wann ist der richtige Zeitpunkt?**

Der richtige Zeitpunkt ist gekommen, wenn der Sie persönlich störende Bereich an Bedeutung gewonnen hat:

Wenn Sie einmal im Monat darüber nachdenken, so werden diese zwölf Tage im Jahr vergehen... Denken Sie jeden Tag darüber nach, bekommt es für Sie eine Bedeutung.

Treffen Sie die Entscheidung für sich und nicht für andere. Nehmen Sie sich Zeit und setzen Sie sich nicht unter Druck! Übrigens gibt es keine bevorzugte Jahreszeit für operative Eingriffe. Sie können ganzjährig durchgeführt werden.



|             |                          |
|-------------|--------------------------|
| attraktiver | schlanker                |
| jünger      | weiblicher<br>männlicher |

|                 |                 |
|-----------------|-----------------|
| weniger müde    | weniger schlaff |
| weniger traurig | weniger böse    |



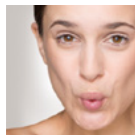


Einfach  
etwas voller,  
glatter, jünger.



Falten & Volumen

Wann ist eine Falten- und Volumenbehandlung sinnvoll?



**Wie verändert sich Ihr Gesicht im Laufe der Zeit?**

Es beginnt mit feinen Linien, die zunehmend tiefer werden (Nasolabialfalten, Knitterfalten). Aufgrund der Beweglichkeit des Gesichtes kommen dynamische Falten hinzu (Zornesfalten, Lachfalten). Im weiteren Verlauf verliert das Gesicht meist im Wangenbereich an Volumen, es fällt ein.

Diese Veränderungen lassen sich gezielt und einfach verbessern: Durch eine Falten- und Volumenbehandlung werden die Bandstrukturen des Gesichtes in der Tiefe befeuchtet und hierdurch regeneriert. Die Gesichtsstrukturen spannen sich wieder aus. Das Gesicht erscheint frischer und harmonischer.

**Welche Substanzen kommen in Frage?**

Ich verwende ausschließlich sichere Substanzen, die gut verträglich sind und vom Körper wieder abgebaut werden. Eine Knotenbildung kann so vermieden werden. Ihre Sicherheit steht an oberster Stelle.

**Hyaluronsäure:** Sie kann zur Befeuchtung der Haut, zur Falten- und Volumenbehandlung und zur Erhaltung der Gewebestruktur eingesetzt werden. Die Haltbarkeit von Hyaluronsäure beträgt 6 - 9 Monate.

**Radiesse®:** Es besteht aus Hydroxylapatit, einer abbaubaren Substanz. Es eignet sich zur Falten- und Volumenbehandlung, zur Verdickung der Hautstruktur und stimuliert zudem gezielt den natürlichen körpereigenen Kollagenaufbau. Die Haltbarkeit von Radiesse® beträgt 9 - 12 Monate.

**Eigenfett:** Es eignet sich sehr gut zur Volumenbehandlung. Im Eigenfett sind Stammzellen enthalten, die zusätzlich einen langfristigen positiven Einfluss auf die Hautqualität ausüben. Die Haltbarkeit von Fettgewebe beträgt viele Jahre.

**Botulinum:** Dieses Medikament wird seit über 20 Jahren erfolgreich zur Behandlung von Falten eingesetzt, die durch Muskelzug bedingt sind: Beispiel Zornesfalten, Stirnfalten und Krähenfüße. Ziel der Behandlung ist, den Ausdruck des Gesichtes zu harmonisieren, den zu starken Muskelzug zu bremsen, nicht lahm zu legen. Die Haltbarkeit von Botulinum beträgt ca. 4 Monate.

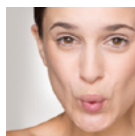
**PRP-Eigenbluttherapie (Vampir-Lifting):**

Eine effektive Methode zur Hauterneuerung ohne operativen Eingriff. Das PRP (= Plättchenreiches Plasma) enthält eine hohe Konzentration an körpereigenen Wachstumsfaktoren und Stammzellen. Durch Injektion in die Haut werden die vorhandenen Zellen zur Regeneration angeregt und positiv beeinflusst. Es entsteht neues Kollagen und Elastin. Die Haut wirkt wieder jünger und es verbessert sich der Glanz der Haut und Ihre Ausstrahlung. Ein Lifting-Effekt kann durch das „Vampir-Lifting“ nicht erreicht werden.





Behandlung und bestmögliche Genesung



**Wie wird die Behandlung durchgeführt?**  
Die Behandlung mit **Hyaluronsäure und Radiesse®** wird ambulant durchgeführt und erfolgt im Sitzen; denn ich brauche Ihre Rückmeldung, wenn Sie sich im Spiegel betrachten. Sie selber entscheiden, ob Ihnen das Ergebnis schon reicht, oder ob Sie einen Schritt weitergehen wollen. Ich begleite Sie in Ihrer Entscheidung.

Die Haut wird mit einer betäubenden Salbe eingecremt (20 Minuten vorher). Die Injektion erfolgt mit sehr feinen Kanülen in unterschiedlicher Technik, abhängig von Ihrem Befund.

Um die gewünschten Ziele zu erreichen, taucht immer die Frage auf: Wieviel kostet die Behandlung?

Die Kosten richten sich im Wesentlichen nach den Materialkosten und der Injektionsgebühr. Wieviel ml an Material gebraucht werden, ist nicht immer einfach vorherzusehen.



Um ein Gefühl zu bekommen, stellen Sie sich das Volumen eines Teelöffels vor (Inhalt 5ml). Überlegen Sie selber, wieviel ml wohl benötigt werden, um ein sichtbares Ergebnis bei Betrachtung im Spiegel zu erzielen.

Es gibt immer eine Schokoladenseite in Ihrem Gesicht, sie ist einfacher zu behandeln: zunächst beginne ich auf der nicht ganz so schönen Seite, die schwieriger ist. Sie können das Ergebnis sofort im Spiegel betrachten: Die behandelte Seite wirkt jetzt schöner und Sie sehen den Unterschied zu der noch nicht behandelten Seite.

So können Sie sich an das gewünschte Ergebnis herantasten. Abschließend wird die

zweite Seite behandelt. Die Materialmenge, die auf der ersten Seite benötigt wurde, brauche ich auch auf der anderen Seite.

Hyaluronsäure bindet Wasser und gibt Ihnen nach 4-6 Wochen einen zusätzlichen Polster-effekt. Diesen Effekt sollten Sie unbedingt abwarten vor einer eventuellen Nachbe-handlung.

Die Volumenbehandlung mit **Eigenfett** wird immer im Dämmer-schlaf durchgeführt. Die Fettzellen werden während eines Dämmer-schlafes im Gewebe verteilt, wie ein Nieselregen. Hierdurch werden die Fett-zellen von gefäßreichem Gewebe umgeben und durchblutet.

Vorteil des Dämmer-schlafes für Sie ist die Schmerzfreiheit, Nachteil ist die fehlende Rückkoppelung mit Ihnen über das Ergebnis. Auch die Vorhersehbarkeit, wieviele Eigenfett Zellen wirklich überleben, ist schwierig. Oft ist eine Nachbehandlung erforderlich.

**Welche Vorbereitungen können Sie treffen?**  
Einige Medikamente tragen nicht zum Erfolg Ihrer geplanten Volumenbehandlung bei. Sie verändern die Blutgerinnung.

Bitte beachten Sie die Medikamentenliste auf der letzten Seite.

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

**Wie verhalten Sie sich nach der Behandlung?**  
Bei der Behandlung mit **Hyaluronsäure, Radiesse®** oder **PRP** können leichte blaue Flecken und Schwellungen auftreten. Dies lässt sich gut mit Camouflage überschminken. Bitte mit Sport und Sauna 2 Tage pausieren.

Bei der Volumenbehandlung mit **Eigenfett** lassen Sie sich bitte nach Hause fahren. Auch hier können blaue Flecken und eine Schwellung auftreten. Planen Sie bitte 1 Woche ein, um wieder gesellschaftsfähig zu werden. Blaue Flecken sind dann noch nicht ganz verschwunden, lassen sich aber sehr gut mit Camouflage abdecken.

Bei allen Behandlungsmethoden geben wir Ihnen Kühlkompressen mit. Sie können auch zur Abschwellung **Bromelain-POS®** einnehmen, ein natürliches Ananas-Präparat (3-3-3 pro Tag für 1 Woche), alternativ auch **Arnica®** (z.B. D6: 5-5-5 Globuli).

Bei der Behandlung der Augenpartie empfehle ich Ihnen anschließend ausreichend 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.

**Welche Regionen können behandelt werden?**

**1. Obere Gesichtshälfte**

Schläfenregion, Augenbrauen, Ober-/Unterlid, Augenringe, Nasenwurzel

**2. Untere Gesichtshälfte**

Wangen, Nasolabialfalte, Marionetten-falte, Ober-/Unterlippe, Kinnkontur, Unterkieferkontur, Ohr läppchen, Hals

**3. Handrücken**



Behandlung und bestmögliche Genesung



Wie können Sie den Effekt der Falten- und Volumenbehandlung erhalten?

Der Frischeffekt lebt von der Wiederholung: Durch regelmäßige Behandlung ca. alle 6 - 9 Monate können Sie das Ergebnis der Volumenbehandlung aufrechterhalten und so Langzeiteffekte erzielen: Die Konturen werden weicher, das Mittelgesicht wieder klar und frisch.

Der Frischeffekt beim Gesicht durch die Gabe von Fillern (Hyaluronsäure, Radiesse®) ist vergleichbar mit der Pflege Ihres Garten: Auch Ihr Garten bedarf der Zuwendung mit Wasser, Dünger und einer kontinuierlichen Pflege, um schön zu bleiben.

Am Anfang sind die Intervalle der Behandlung kürzer (abhängig vom Befund), das Erhaltungsintervall ist dann länger.

Gerne verende ich die Falten- und Volumenbehandlung auch in Verbindung mit dem Facelift.

Die Kombination ermöglicht es mir, die Straffung der Muskulatur und die Polsterung des Gewebes, insbesondere dort, wo das Facelift nicht angreift, zu vereinen. So haben Sie ein schöneres Ergebnis durch die Weichzeichnung der Strukturen.

Durch regelmäßige Anwendung der Hyaluronsäure / Radiesse® tragen Sie wesentlich zur Erhaltung des Facelifts bei.

Welche Kombinationen sind bei der Falten- und Volumenbehandlung sinnvoll?

Die Kombination von Hyaluronsäure / Radiesse® mit Ultherapy ist sehr effektiv. So können Sie die Verfestigung des Gewebes mit der Falten- und Volumenbehandlung kombinieren. Dies ist besonders geeignet für Patienten, die gegenüber einem operativen Eingriff noch zurückhaltend sind.

Bei der Kombinationsbehandlung mit Ultherapy® ist die Reihenfolge der Behandlung zu beachten, wenn es um gleiche Zonen geht:

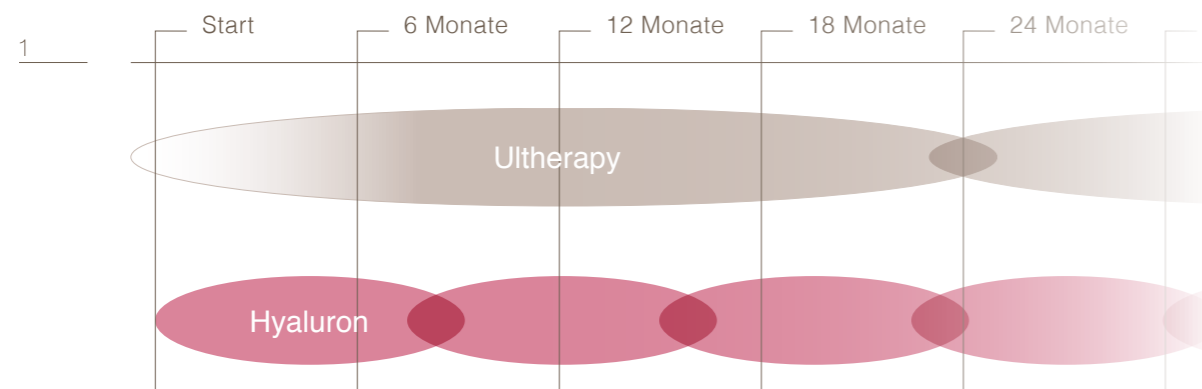
- 1 Entweder beginnen Sie mit der Ultherapy® und ca. 1 Woche später mit der Falten- und Volumenbehandlung.

Oder Sie beginnen mit der Falten- und Volumenbehandlung und wenden die Ultherapy® vor der nächsten Auffrischung an.

Bei gleichzeitiger Anwendung würde die Ultherapy® sonst die Hyaluronsäure / Radiesse® „verdampfen“.

Die Behandlungsmethode Ultherapy® erfordert Geduld, denn es braucht Zeit, bis die ersten Resultate sichtbar werden. Nach einem Zeitraum von ca. 6 Monaten beginnen die ersten Verbesserungen und sind endgültig nach 9 Monaten sichtbar und fühlbar.

Die Ultherapy® ist eine Investition in die Zukunft. Das Gewebe wird fester.





Klare  
Konturen und  
ein tolles  
Gefühl.





Wann ist Ultherapy® sinnvoll?



**Sind Sie ein guter Kandidat?**

Viele meiner Patienten wünschen sich eine Straffung des Gewebes, aber wenn möglich ohne einen operativen Eingriff.

Hier eignet sich sehr gut die Ultherapy®. Sie führt zu einer Verfestigung des Bindegewebes, es kommt zur einer Straffung, das Gewebe fühlt sich fester an.

Eine Anhebung der Muskulatur im Sinne eines Liftings wird nicht erreicht. Dies ist nur operativ möglich. Die Ultherapy® ersetzt kein Facelift.

**Wie können Sie sich die Anwendung von Ultherapy® vorstellen?**

- 1 Auf die Haut wird ein Ultraschallkopf gesetzt. Die Gewebedicke wird auf einem Monitor beurteilt und ein gezielter Behandlungsplan erstellt. Bei der Anwendung dringt der Ultraschall in die gewünschte Gewebetiefe, ohne die Haut hierbei zu verletzen.

- 2 Die Ultherapy® wirkt in zwei verschiedenen Schichten (oberflächlich und tief). Die Energie des Ultraschalls erzeugt kurzfristig Wärme und regt auf diese Weise die Neubildung von Kollagen an. In der Ausheilung kommt es zu einer Straffung des Gewebes, die Konturen werden klarer, Ihr Gesichtsausdruck wirkt frischer.

Die Behandlung wird in einer Sitzung durchgeführt und hat eine Wirkungsdauer von 1,5 bis 2 Jahren. Der große Vorteil: Sie können am nächsten Tag weiterarbeiten, da die Hautoberfläche weder verletzt noch beeinträchtigt wird.

Vorübergehend kann es zu einer Rötung und minimalen Schwellung des Gesichts kommen. Sie nehmen vor der Behandlung eine Schmerztablette, eine ergänzende Unterstützung durch den Anästhesisten ist möglich. Sie verspüren bei der Behandlung feine Nadelstiche.

- 3 **Welche Kombination der Ultherapy® ist sinnvoll?**

Die Kombination mit Hyaluronsäure / Radiesse® als Falten- und Volumenbehandlung ist ideal. Wichtig zu beachten ist die Reihenfolge der Behandlung, wenn es um gleiche Zonen geht:

Entweder beginnen Sie mit der Ultherapy® und ca. 1 Woche später mit der Falten- und Volumenbehandlung.

Oder Sie beginnen mit der Falten- und Volumenbehandlung und wenden die Ultherapy® vor der nächsten Auffrischung an.

Bei gleichzeitiger Anwendung würde die Ultherapy® sonst Hyaluronsäure / Radiesse® „verdampfen“.

Die Behandlungsmethode erfordert Geduld: es braucht Zeit, bis die ersten Resultate sichtbar werden. Nach einem Zeitraum von ca. 6 Monaten beginnen die ersten Verbesserungen und sind endgültig nach 9 Monaten sichtbar und fühlbar.

**Was ist zu beachten nach der Behandlung?**

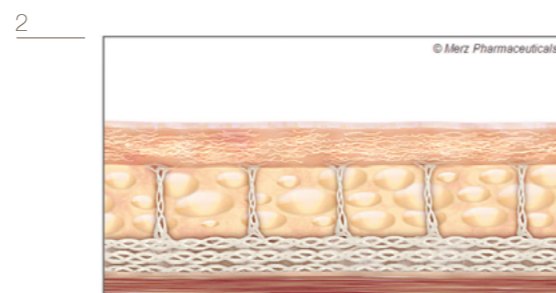
Eine spezielle Nachbehandlung ist nicht erforderlich, da die Hautoberfläche nicht beeinflusst wird.

**Welche Zonen können behandelt werden?**

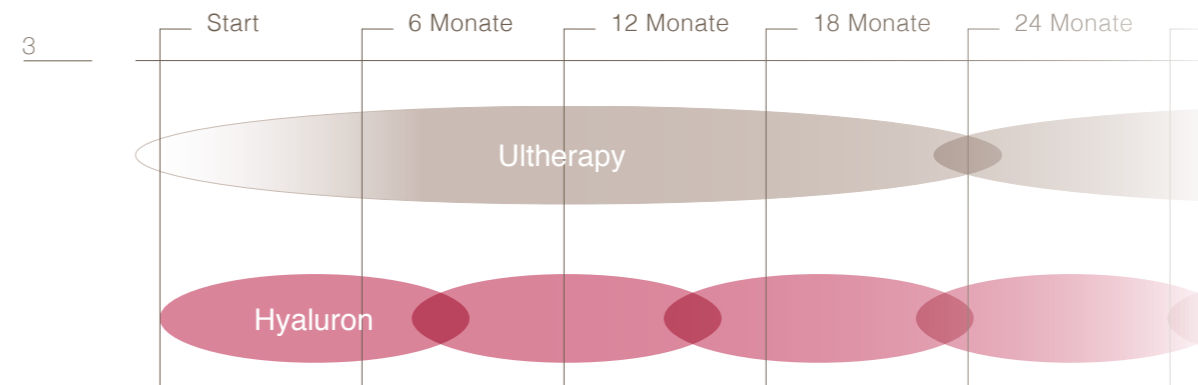
- Augenbraue und Augenregion
- Wange
- Kinnpartie
- Hals
- Dekolleté



Tiefenwirkung durch Ultherapy®



Straffungseffekt nach 6-9 Monaten



## 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 Gesichtsprfil 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 Volumenmangel wird später ausgeglichen durch Filler (Hyaluronsäure / Radiesse®), alternativ auch mittels Eigenfett (siehe Seite 16).

### 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 Heparingabe 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. Wenn Sie in der Nähe übernachten, können Sie auch den Shuttle-Service der Klinik nutzen.



## Die einzelnen Schritte der Facelift-OP



### Wie verläuft der Tag der Operation?

Sie kommen am Morgen nüchtern in unsere Klinik. 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.

45 Minuten nach der Operation gehen Sie selber auf Ihr Zimmer, wir begleiten Sie. 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 Gesichtsseite zur anderen gespannt und hat in der Mitte eine Lücke (siehe Kreis in der Grafik).

Wenn die Spannkraft der Muskulatur nachlässt, sehen Sie häufig in der Halsmitte zwei Muskelränder. Die Straffung des SMAS sichert Ihnen eine Langlebigkeit des Ergebnisses.

- 1 **Im ersten Schritt** löse ich sanft die Haut. Die Schnittführung (weiße Linie) verläuft entlang der Haaransatzlinie und um das Ohr herum. Der gelb dargestellte Bereich zeigt die Präparation der Haut. Die Haaransatzlinie bleibt erhalten, es werden keine Haare entfernt. Der Schnitt vor dem Ohr wird in eine bestehende Hautfalte gelegt und ist später unscheinbar. Die Ohrform bleibt erhalten. Sie können nach Abheilung der Wunden jede Frisur tragen.





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 verschleüße 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 16 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.

In der entscheidenden Phase der Operation (Straffung der Muskulatur) arbeite ich mit einem Elektroskalpell. Der Strom breitet sich in dem feuchten Milieu aus. Wenn ich in die Nähe des Nerven komme, fängt der dazu gehörige Muskel an zu zucken. Durch diese Rückkopplung werde ich rechtzeitig gewarnt, dass ich an dieser Stelle nicht weiter arbeiten kann. Solange bei der Präparation nichts zuckt, bin ich sicher, den Nerv nicht zu verletzen.



2



3



4



5





## Die Genesung für das optimale Ergebnis



### 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 einer Nackenrolle zu Hilfe. So kann sich der Hals entfalten und staucht nicht zusammen.

Sie erhalten von der Klinik ein **Medikamentenpaket**. Es enthält alles, was Sie am Anfang benötigen:

|                                  |                 |
|----------------------------------|-----------------|
| Toleriane Sensitive Reichhaltig® | 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 (**Toleriane Sensitive Reichhaltig®** von La Roche Posay) 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. Unsere Lymphtherapeuten im Studio der Rosenpark Klinik sind bestens ausgebildet. Die Lymphdrainagen lassen sich nach Absprache zeitlich mit den Wundkontrollen kombinieren.





Die Genesung für das optimale Ergebnis



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.

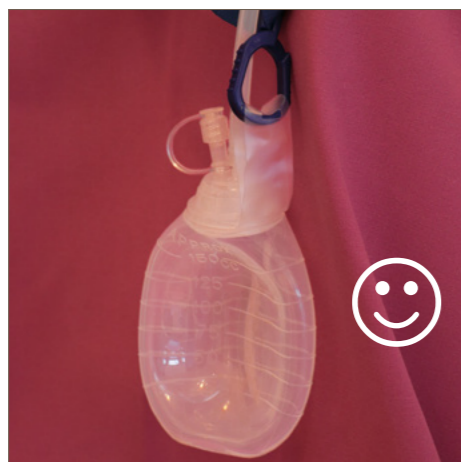
Über die Drainageschläuche entleert sich noch etwas Wundwasser und Blut, und wird in der Vakuumflasche gesammelt.

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

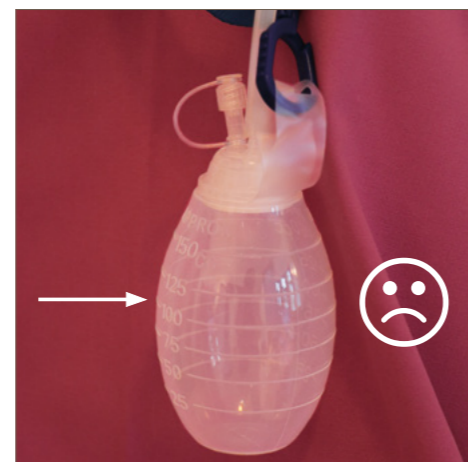
Wie können Sie die Vakuumflasche wechseln?

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 zusammengezogen:  
• Sog ausreichend



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.



Die Genesung für das optimale Ergebnis



**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. Die Termine für Wundkontrolle und Fadenzug können Sie nach Absprache mit der Lymphdrainage kombinieren.

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.

Danach sind weitere Kontrollen nach 6 Wochen, 3 + 6 + 12 Monaten empfehlenswert. In der ganzen Zeit finden noch kleine, aber wichtige Veränderungen statt. Eine Gesichtsseite 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 Heparin-Gabe 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. Wenn Sie in der Nähe übernachten, können Sie auch den Shuttle-Service der Klinik nutzen.

### 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 Haaransatz 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.



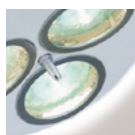
1



2



## Die einzelnen Schritte der Stirn- / Schläfenlift-OP

**Wie verläuft der Tag der Operation?**

Sie kommen am Morgen nüchtern in unsere Klinik. 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.

45 Minuten nach der Operation gehen Sie selber auf Ihr Zimmer, wir begleiten Sie. 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 einer Nackenrolle zu Hilfe.

Von der Klinik erhalten Sie ein **Medikamentenpaket**. Es enthält alles, was Sie am Anfang benötigen.

|                                  |                 |
|----------------------------------|-----------------|
| Toleriane Sensitive Reichhaltig® | mehrfach am Tag |
| Ibuprofen®                       | 1-1-1           |
| Bromelain-POS®                   | 3-3-3           |
| Clexane® 20-40 mg                | 1-0-0           |

Die Stirn braucht viel Feuchtigkeit. Auf die Wundränder tragen 1 - 2 mal am Tage eine Feuchtigkeitspflege (**Toleriane Sensitive Reichhaltig®** von La Roche Posay) 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 kann 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 Haarbalgentzündungen (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 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. Unsere Lymphtherapeuten im Studio der Rosenpark Klinik sind bestens ausgebildet. Die Termine der Lymphdrainage lassen sich nach Absprache mit den Wundkontrollen kombinieren.



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.

**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                 |

**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. Die Termine für Wundkontrolle und Fadenzug können nach Absprache mit der Lymphdrainage kombiniert werden.

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.

**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 Oberlid Lift (siehe Seite 48) mit dem einzigen Unterschied: es klebt kein Pflasterstreifen auf der Wunde. Die **Bepanthensalbe**® 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.



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.

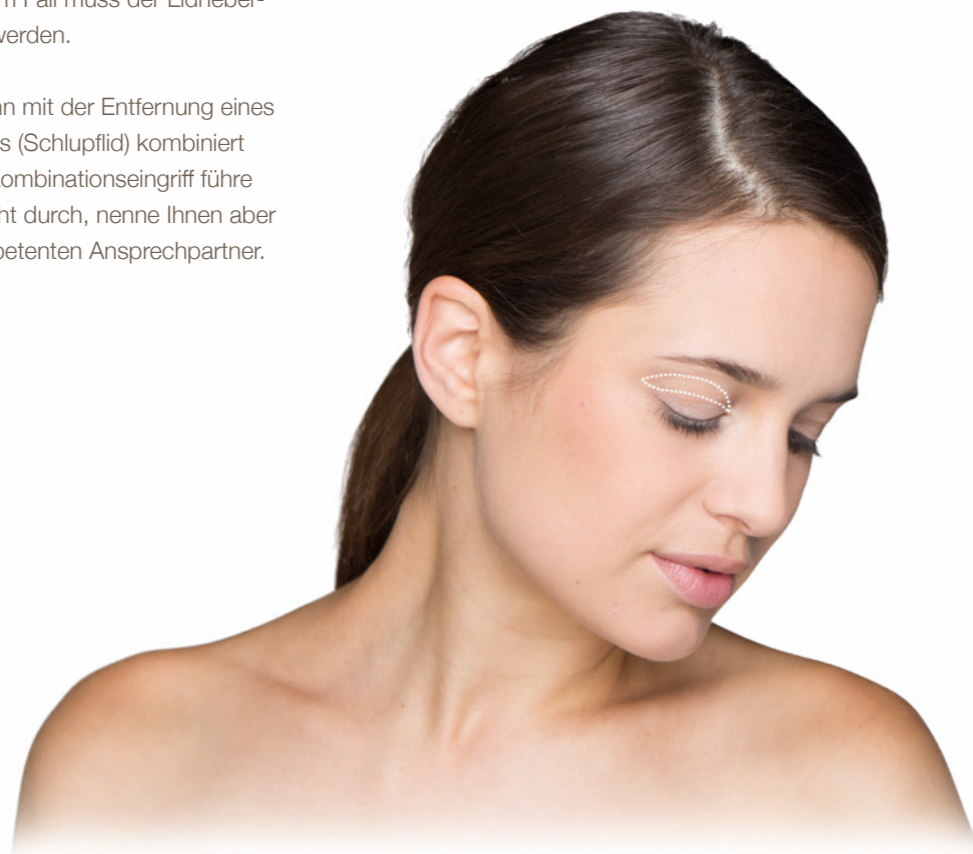
Dieser Eingriff kann mit der Entfernung eines Hautüberschusses (Schlupflid) kombiniert werden. Diesen Kombinationseingriff führe ich persönlich nicht durch, nenne Ihnen aber gerne einen kompetenten Ansprechpartner.

### 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 Klinik 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 Heparin-Gabe 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 Lidschwellung, 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 der Klinik ein **Medikamentenpaket und die Augenmaske**. Es enthält alles, was Sie am Anfang benötigen.

|                       |                 |
|-----------------------|-----------------|
| Bepanthen® Augensalbe | mehrfach am Tag |
| Ibuprofen®            | 1-1-1           |
| Bromelain-POS®        | 3-3-3           |
| NatraGel® Augenmaske  | mehrfach am Tag |

Die **Bepanthen®** Augensalbe 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 (**NatraGel®** Augenmaske), die ich Ihnen empfehle: Sie beinhaltet Aloe Vera, Vitamin E und Grünen Tee, das mag Ihre Haut. Die **NatraGel®** Augenmaske bewahren Sie bitte im Kühlschrank auf und nicht im Gefrierschrank.

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 einer 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.“

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.

### Zeitplan Oberlidlift

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

### 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.

Schluss mit  
geschwollenen  
Unterlidern.





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 58).

**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 59).

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

1



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

2



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 Heparin-gabe 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 der Klinik ein **Medikamentenpaket und die Augenmaske**. Es enthält alles, was Sie am Anfang benötigen.

|                          |                 |
|--------------------------|-----------------|
| Ibuprofen®               | 1-1-1           |
| Bromelain-POS®           | 3-3-3           |
| Isopto-Max® Augentropfen | mehrfach am Tag |
| NatraGel® Augenmaske     | 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 (**NatraGel®** Augenmaske). Sie beinhaltet Aloe Vera, Vitamin E und Grünen Tee, das mag Ihre Haut.

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.

Die Genesung für das optimale Ergebnis



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 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.

**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.

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 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.“

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 entfernen. 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 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   |
|--------------------|---|
| Phenprocoumon      | Marcumar  |
| Acetylsalicylsäure | Acesal<br>Acesal Express<br>Acetylsalicylsäure 500<br>Alka Seltzer Classic<br>Asasantin<br>Aspirin<br>Aspro<br>Aspirin Plus C<br>Aspirin Protect Ass+C<br>Ass 100 Hexal<br>Ass Ratiopharm 100<br>Boxazin Plus C<br>Dolviran N<br>Contradol Gelonida Na<br>Godamed 100<br>Godamed 500<br>Ha Tabletten N<br>Hermes Ass<br>Hermes Ass Plus<br>Melabon<br>Neuralgin<br>Spalt Plus Coffein<br>Spalt Schmerztabletten<br>Thomapyrin C<br>Thomapyrin<br>Togal Ass<br>Togal |

| Präparat       | Handelsname   |
|----------------|---|
| Clopidogrel    | Plavix  |
| Ticagrelor     | Brilique  |
| Prasugrel      | Efient  |
| Edoxaban       | Eliquis   |
| Dabigatran     | Pradaxa   |
| Rivaroxaban    | Xarelto   |
| Nahrungsmittel | Ingwer<br>Ginkgo<br>Fischöl (Omega-3-Fettsäure)<br>Selen<br>Vitamin K<br>Vitamin E<br>Bromelain<br>Arnica |



Persönliche Notizen

---

---

---

---

---

---

---

---

Dr. Stefan Kalthoff

Rosenpark Klinik Darmstadt  
Heidelberger Landstraße 18-20  
64297 Darmstadt

Telefon: +49 (0) 6151 9547-0

[www.stefankalthoff.de](http://www.stefankalthoff.de)

