

# Wichtigste Fragen und Antworten rund um die Gynäkomastie

## **Besteht eine Gynäkomastie nur aus Fettgewebe?**

In den allermeisten Fällen besteht eine Gynäkomastie tatsächlich aus Fettdepots, die wie andere sogenannte Problemzonen kaum auf Gewichtsreduktion oder Training ansprechen. In seltenen Fällen kann sich das auch bei Männern vorhandene Brustgewebe vergrössern.

## **Wo liegen die Ursachen für eine Gynäkomastie?**

Die Gynäkomastie entsteht meist wegen einer genetischen Prädisposition Fett vermehrt und prioritär in die Brust einzulagern. Es ist wie eine Problemzone: Bei gewissen Frauen gehen die überschüssigen Kilos immer an die Reithosen, bei anderen in die Oberschenkel oder Hüften. Bei Männern kann überschüssiges Fett in den Nacken/Schultern, die Hüften, in den Bauchraum um die Darmschlingen, oder eben in die Brust eingelagert werden. Auch bei Männern, die zu Trainingszwecken Anabolika einnehmen, kann eine Gynäkomastie als eine von vielen Nebenwirkungen des Medikaments beobachtet werden.

## **Spielt Übergewicht bei der Gynäkomastie eine Rolle?**

Ja, dies spielt eine bedeutende Rolle. Die meisten Männer bekommen eine Gynäkomastie, wenn sich ihr Gewicht bei 10 bis 20 Kilogramm über dem Normalgewicht einpendelt.

## **Kann man eine Gynäkomastie auch mit Sport oder einer Hormonbehandlung „beheben“?**

Wenn Sport zu einer Verminderung des Körperfetts führt, wird sich auch die Gynäkomastie mildern, jedoch meist nicht vollständig verschwinden. Hormontherapien hingegen sind nicht wirksam.

## **Können die Brüste nach der Operation wieder nachwachsen?**

Ja, das können sie: Wie nach einer Fettabsaugung anderswo am Körper, muss das Körpergewicht stabil bleiben, um das erreichte Resultat zu behalten.

## **Bleiben nach der Operation Narben zurück?**

Es sind meist drei kleine Schnitte von ca. 4 mm Länge die an drei verschiedene Stellen an der Brust den Zugang für die Kanülen darstellen. Diese heilen meist völlig unauffällig.

## **Wann bin ich wieder arbeitsfähig?**

In der Regel braucht es eine Auszeit von einer Woche. Wenn man körperlich schwere Arbeit leisten muss, kann sich die Arbeitsunfähigkeit entsprechend verlängern.

## **Ist weiterhin jegliche sportliche Betätigung möglich? (z.B. Bodybuilding, Fitness etc...)**

Ja, nach vier Wochen bestehen keinerlei Einschränkungen mehr. Gewisse Übungen oder Bewegungen können zu Beginn unangenehm sein. Dies normalisiert sich aber in den nächsten Wochen.

## **Bezahlt die Krankenkasse?**

Meistens nicht. Es müsste ein klarer und nachweisbarer krankhafter Prozess im Sinne einer Hormonstörung vorliegen, damit die Krankenkasse eine Korrekturoperation als Pflichtleistung akzeptiert.

### **Brauche ich Schmerzmittel?**

Ja, in den ersten 3-4 Tagen sind die Schmerzen ähnlich wie ein starker Muskelkater und können gut mit gängigen Mitteln kontrolliert werden. Danach können die Mittel nur noch bei Bedarf eingesetzt werden.

### **Wie schmerzhaft ist die Operation?**

Die Schmerzen werden am aller häufigsten als mässig bezeichnet und verbessern sich deutlich nach drei Tagen.

### **Kann es bei der Gynäkomastie zu Komplikationen kommen?**

Jede Operation kann zu Komplikationen führen, wovon die häufigsten Nachblutungen, Infektionen, Gefühlsstörungen oder unschöne Narben betreffen. Bei Ästhetischen Eingriffen kommen noch die resultatbezogenen Themen wie Asymmetrie, Unregelmässigkeiten der Hautoberfläche, Restpolster usw. hinzu. Für diese Themen nehme ich mir in der Sprechstunde viel Zeit, um sie genau zu erklären.

|                          |                                                                                                                                    |
|--------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| OP-Dauer                 | ca. 1-2 Stunden                                                                                                                    |
| Narkose                  | Vollnarkose oder örtliche Betäubung (z. B. bei Absaugung), Dämmernarkose                                                           |
| Klinikaufenthalt         | ambulant oder bei Wunsch eine Übernachtung                                                                                         |
| Nachbehandlung           | 4 Wochen Kompressions-Gilet. Duschen ab sofort möglich.                                                                            |
| Sport                    | nach 3-4 Wochen möglich                                                                                                            |
| Arbeitsunfähigkeit       | Je nach Arbeitsbelastung mindestens 1 Woche                                                                                        |
| Narben                   | Bei Operation durch Fettabsaugung ca. 3-4 mm lange Schnitte, bei nötiger Hautkorrektur längere Narben, die meist fein verheilen    |
| Kosten                   | CHF 8'000.- bis 12'000.-                                                                                                           |
| Krankenkassenbeteiligung | nur in seltenen Fällen und bei nachgewiesenem Krankheitswert, im Falle einer reinen Fettvermehrung keine Krankenkassenbeteiligung. |