



## Anatomie

Die Bauchwand wird oberflächlich durch die Haut und Lederhaut nach außen begrenzt. Darunter befindet sich das Unterhautfettgewebe welches an Dicke je nach Ernährungszustand und Veranlagung sehr stark variieren kann. Es gibt Menschen die vorwiegend am Unterbauch Fett einlagern andere vornehmlich am Oberbauch. Das Fettgewebe bildet eine Verschiebeschicht zwischen Haut und Muskulatur und strafft die Haut von innen. Deshalb hängt die Haut nach starken Gewichtsschwankungen faltig herab.

Die Bauchwandmuskulatur besteht seitlich aus der schrägen- und im Bereich der Mittellinie aus der geraden Muskulatur. Die gerade Bauchmuskulatur (Rektusmuskel) bildet bei starkem Training die klassischen Wölbungen, im Volksmund auch „Six pack“ oder „Waschbrettbauch“ genannt.

Im Falle einer Schwangerschaft oder bei starker Fettleibigkeit können die geraden Bauchmuskeln auseinanderweichen und ihre Verbindung in der Mittellinie verlieren. Das nennt man Rektusdiastase, es führt zu einem Kugel- oder Trommelbauch. In diesem Fall muss auch die muskuläre Bauchwand operativ korrigiert werden. Das ermöglicht die Wiederherstellung einer flachen und straffen Bauchwandkontur.

Die Nervenversorgung der Bauchwand erfolgt ringförmig und segmental von der Seite nach vorn, ebenso die Blutversorgung. Die Blutversorgung des Nabels kommt aus der muskulären Bauchwand. Dies ist bei der Operation zu berücksichtigen um den Nabel und das Gefühl der Bauchwand zu erhalten.

Durch Gewebe schonende Operationstechniken erhalten wir bei einer Bauchstraffung Nerven Gefäße und die Funktionsfähigkeit der Muskulatur. Der Bauch muss mit feinen Instrumenten subtil und schonend präpariert werden. Nur so kann ein natürliches und schönes Langzeitergebnis erreicht werden.

## Technische Details

Das Prinzip der Rektusdiastasen Korrektur besteht darin, die auseinander gewichenen Muskelbäuche der geraden Bauchmuskeln wieder eng aneinander zu verankern. Um eine große senkrechte Bauchnarbe zu verhindern, sollte die Operation minimal invasiv, vom Unterbauch oder vom Bauchnabel aus durchgeführt werden.



Dazu muss die Haut mit dem Fettgewebe an Unter- und Oberbauch von der Muskulatur abgehoben werden. Dadurch wird die gerade Bauchmuskulatur sichtbar und kann stabil adaptiert werden. Außerdem verschwinden im Bereich der Haut die „Fettrollen“ und es wird möglich die Haut straff aufzuspannen.

Wird der Eingriff mit einer Bauchstraffung kombiniert, kann ein Haut- und Fettgewebsüberschuss entfernt werden.

Wir bieten Ihnen alle modernen und viele individuelle Techniken des Verschlusses der Rektusdiastase an, die wir Ihnen im Folgenden vorstellen.

1. Verschluss der Rektusdiastase über den Bauchnabel (minimal invasiv)

Über einen kleinen Hautschnitt in der Nabelfalte wird die gerade Bauchmuskulatur an Ober- und Unterbauch dargestellt. Die Muskeln werden von der Seite zur Mitte gezogen und dort in spezieller Nahttechnik (Fasziendoppelung) stabil verbunden. Danach wird der Zugang am Nabel fein verschlossen so dass kaum sichtbare Narben verbleiben.

2. Verschluss der Rektusdiastase über einen Unterbauchschnitt

Über einen Hautschnitt oberhalb des Schamhügels wird die gerade Bauchmuskulatur auf der gesamten Länge dargestellt. Die Muskeln werden von der Seite zur Mitte gezogen und dort in spezieller Nahttechnik (Fasziendoppelung) stabil verbunden. Danach wird der Zugang am Unterbauch fein verschlossen. Es kann zum Beispiel eine bereits bestehende Narbe von einem Kaiserschnitt genutzt werden ohne neue Narben anlegen zu müssen.

3. Kombierter Verschluss der Rektusdiastase mit großer Bauchstraffung

Diese Technik findet Anwendung, wenn nicht nur eine Rektusdiastase mit erschlaffter Bauchmuskulatur vorliegt, sondern auch ein Hautüberschuss mit Fettwülsten besteht.

Über einen quer verlaufenden Hautschnitt am Unterbauch oberhalb des Schambereiches wird die Haut bis zum Oberbauch gestrafft. Ein weiterer kleiner Hautschnitt ist zur Erhaltung und Verschönerung des Nabels erforderlich. Die feine Narbe am Nabel wird in die Tiefe gelegt so dass sie kaum sichtbar ist.

Ziel der Operationsplanung ist, so viel wie möglich Haut und Fettgewebe sowie Dehnungsstreifen der Haut zu entfernen. Dies kann zu kleineren Variationen des Narbenverlaufes führen, die individuell mit Ihnen besprochen werden. Durch die zusätzliche Straffung und Rekonstruktion der Bauchwandmuskulatur kann noch mehr überschüssige Haut entfernt werden.

Die erschlaffte und auseinander gewichene gerade Bauchmuskulatur, ist sehr häufig nach Schwangerschaften und nach starken Gewichtsschwankungen zu beobachten. Die beiden Rektusmuskeln sind zum Teil bis zu 15cm auseinandergewichen. Sie werden nun durch eine spezielle Nahttechnik (Fasziendoppelung) wieder in ihre natürliche Position, straff parallel nebeneinander gebracht. Diese besonders feste und dauerhafte Naht hat einen überwältigenden Effekt. Sie beseitigt die Kugelbauchform und schafft eine flache und straffe Bauchkontur in der seitlichen Ansicht. Zusätzlich verschmälert sie die Taille in der Ansicht von vorn. Die qualitativ sehr hochwertige Haut des Oberbauches wird durch die Straffung bis zum Schamhügel herunter verlagert und dadurch auch am Unterbauch die Hautqualität verbessert und Dehnungsstreifen entfernt. Der Wundverschluss erfolgt mit Narben sparenden Spezialnahttechniken. Das Einlegen von Wunddrainagen ist zur besseren Wundheilung erforderlich.

#### 4. Kombierter Verschluss der Rektusdiastase mit einer kleinen Bauchstraffung

Bei dieser Technik kann auf die Narbe am Bauchnabel verzichtet werden. Hier kann die Narbe sehr tief oberhalb des Schamhügels geplant und gleichzeitig eine moderate Menge an überschüssigem Hautmantel entfernt und die Bauchdecke gespannt werden. Der Verschluss der Rektusdiastase erfolgt ohne zusätzliche Narben unter der Haut.