



IM GESPRÄCH MIT DR. CAIUS RADU

BAUCHGEFÜHL

„**Endlich zeigt das Thermometer zweistellige Werte an.** Die Sonne gewinnt den Kampf gegen die Wolkendecke, und die Vögel verkünden den Frühling. Zeit, sich auf Sommerbekleidung einzustellen. Aber der Blick in den Spiegel verdirbt mir bereits die Morgenlaune. Waren es doch zu viele Plätzchen zu Weihnachten? Das Bild, das ich von meinem Bauch in Erinnerung hatte, entspricht nicht dem, was mir im Spiegel gegenübersteht.“

Text: Dr. Caius Radu Fotos: iStock / privat



Unser Bauch, ein alljährliches, wiederkehrendes und oftmals wenig erfreuliches Thema: „Inspirationen“ geht dem Thema in einem Gespräch mit Dr. Caius Radu, Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie, auf den Grund.

Inspirationen: Herr Dr. Radu, was sind die Ursachen, dass man häufig mit seinem Bauch nicht zufrieden ist?

Dr. Caius Radu: Das kann unterschiedlichste Ursachen haben. Um es besser zu verstehen, sollte man sich den Aufbau der Bauchdecke vergegenwärtigen. Unter der Haut befindet sich eine mehr oder weniger dicke Fettschicht. Darunter ist die Bauchwandmuskulatur. Jede dieser Schichten kann durch verschiedene Einflüsse betroffen sein. Die übermäßige Dehnung der Haut hinterlässt Dehnungsstreifen, sog. Striae. Eine drastische Gewichtszunahme führt zu einer Zunahme der Fettschicht der gesamten Bauchdecke, und zu guter Letzt kann eine Überdehnung der Muskulatur zu einer Bauchwandschwäche, einer sog. Relaxatio, führen.

Wie kommt es zu diesen Veränderungen?

Meist kommt es durch eine Schwangerschaft zu einer Überdehnung der *Haut*. Die Bauchhaut wird in einer recht kurzen Zeit überstrapaziert und kann, abhängig von der Veranlagung, Risse bekommen. Zwar schrumpft die Haut nach der Entbindung zusammen, häufig aber unzureichend. Ähnlich verhält es sich, wenn eine stark übergewichtige Person eine massive Gewichtsreduktion hinter sich hat. Betrachtet man die darunterliegende Schicht, das *Fettgewebe*, so sind es „die kleinen Sünden“, die sich dort förmlich anhäufen. Bei der tiefen Schicht, der *Bauchwandmuskulatur*, kommt es während der Schwangerschaft ebenfalls zu einer Überdehnung, um so dem wachsenden Bauch Platz zu verschaffen. Zusätzlich weichen diese sog. Rektusmuskeln auseinander, indem das Bindegewebe in der Mittellinie zwischen den Muskeln um mehrere Zentimeter nachgibt. Durch gezieltes Training der Bauchmuskulatur kann nach der Entbindung der Muskel wieder gestärkt werden, kehrt aber meist nicht mehr zur Ursprungslänge zurück. Noch weniger kann sich die Lücke zwischen den Muskeln, die sog. Rektusdiastase, zurückbilden, da überdehntes Bindegewebe keine Kontraktionsfähigkeit besitzt. Die Folge ist eine Bauchwandschwäche. Ähnlich verhält es sich bei einer

Dr. med. Caius Radu, geb. 1965, ist seit 1998 Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie. Er leitet seit 2004 den Landesverband Nordbayern der Deutschen Gesellschaft der Plastischen, Rekonstruktiven und Ästhetischen Chirurgen (DGPRÄC). Sein Studium hat er an der Universität Erlangen absolviert, Teile davon an den Universitäten in San Francisco und New York. Danach hat er sich ausschließlich dem Fachgebiet Plastische Chirurgie gewidmet. Von 1991 bis 1995 arbeitete er an der Uniklinik in Erlangen und von 1995 bis 2002 am BHZ Vogtareuth, die letzten vier Jahre als Oberarzt. Zwischen 1996 und 1998 absolvierte er eine klinische Weiterbildung im Bereich der Gesichtschirurgie an der Universitätsklinik Ann Arbor in den USA. Dr. Radu ist gemeinsam mit seiner Frau, Dr. med. univ. Gabriele Radu, seit 2002 in eigener Praxis niedergelassen, mit Standort und Belegabteilung am St. Theresien-Krankenhaus in Nürnberg. Dr. Radu engagiert sich für mehrere karitative Vereine und verweist regelmäßig mit Ärzteteams nach Afrika und Asien, um dort kostenlos Kinder zu operieren.

massiven Adipositas. Da ist es meistens die Fettansammlung innerhalb der Bauchraums, welche zu einer Überdehnung der Bauchwand führt.

Und wo kann der Plastische Chirurg ansetzen, um diese Probleme zu beheben?

Vor einer operativen Korrektur sollten alle anderen Möglichkeiten ausgeschöpft sein. Ich meine damit gesunde Ernährung und Diäten zum Erreichen eines normalen Gewichts und Sport zur gezielten Stärkung der Bauchmuskulatur. Erst danach empfiehlt es sich, operativ einzugreifen. Hierbei muss man grundsätzlich zwischen den minimalinvasiven Maßnahmen wie der Fett-



absaugung und den Schnittoperationen im Sinne einer Bauchdeckenstraffung unterscheiden.

Wem würden Sie welche Methode empfehlen?

Jüngere Personen mit einem guten Hauttonus, wenig Hautüberschüssen und keinen Rissen, welche nur umschriebene Fettsammlungen, meist um den Nabel herum und am Unterbauch haben, eignen sich für eine alleinige Liposuction. In diesem Fall wird in der sog. Tumeszenztechnik die gesamte Bauchdecke einschließlich Taille und Hüfte abgesaugt. Der Eingriff kann ambulant durchgeführt werden. Die Patienten müssen mindestens sechs Wochen ein Kompressionsmieder tragen.

Sobald aber deutlichere Hautüberschüsse oberhalb des Nabels oder am Unterbauch vorhanden sind bzw. eine größere Muskellücke tastbar ist, wird man um eine Straffungsoperation nicht umhinkommen. Neben der bereits beschriebenen Fettabsaugung werden größere Areale an Haut und Unterhautgewebe entfernt, die gesamte Muskulatur in der Mittellinie gestrafft und im Bedarfsfall der Nabel versetzt. Dabei ist neben einer Vollnarkose ein stationärer Aufenthalt von circa zwei Tagen erforderlich. Gerade bei umfassenderen Operationen empfiehlt sich die stationäre Überwachung auf unserer Belegstation im St. Theresien-Krankenhaus.

Als besondere Operationstechnik möchte ich die Mini-Bauchstraffung kombiniert mit einer vollständigen Muskelstraffung und Fettabsaugung erwähnen. Sie eignet sich in erster Linie für Frauen mit

einem eher geringen Hautüberschuss, vornehmlich am Unterbauch und einer Rektusdiastase nach der Schwangerschaft. Dadurch kommt es bei insgesamt schlanken Frauen trotzdem zu einem Hängebauch. Der Vorteil liegt in der sehr tief sitzenden Narbe wie bei einem Kaiserschnitt, welche selbst unter einem knappen Bikini gut versteckt werden kann. Sollte die Patientin eine Kaiserschnittnarbe haben, so würde diese lediglich etwas an den Seiten verlängert werden. Die Akzeptanz ist dadurch noch größer.

Und wie steht Man(n) dieser Thematik gegenüber?

Aufgeschlossen. Das Körperbewusstsein ist auch hier deutlich angestiegen, vor allem bei den 40- bis 50-Jährigen. Selbst mit Fitnesstraining lassen sich manchmal hartnäckige Fettsammlungen an den Hüften und am Bauch nicht wegbringen. In solchen Fällen hilft die Liposuction. Straffungsoperationen stehen Männer – außer nach massiver Gewichtsreduktion – eher etwas reservierter gegenüber.

dr. radu + partner

Praxis und Belegabteilung

MommSENstraße 22, 90491 Nürnberg

Tel.: 0911 – 51 92 51 9, Fax: 0911 – 51 92 52 0

E-Mail: dr.radu@t-online.de

Website: www.dr-radu-partner.de