

Patient:inneninformation Klinik für Plastische und Ästhetische Chirurgie – TRANS*Genderzentrum

Leitender Arzt: Priv.-Doz. Dr. med. Andreas Wolter

Klinik für Plastische und Ästhetische Chirurgie

Chefarzt: Prof. Dr. med. Christoph Andree

Allgemeine Hinweise zum organisatorischen Ablauf „Mastektomie und Brustaufbau“

- Beim **Erstgespräch** werden Brust und Oberkörper **vermessen** sowie aus unterschiedlichen Perspektiven **fotografiert** (frontal, 45 Grad seitlich und 90 Grad seitlich).
- Im Anschluss erfolgt ca. 1-2 Wochen später die Zusendung des **Ambulanzbriefes** an Sie per Post, der **zusammen** mit Ihrem psychologischen/ psychiatrischen **Indikationsschreiben** (welches die Mastektomie/ Brustaufbau befürwortet), **durch Sie** bei der Krankenkasse eingereicht werden kann; (bei selbstzahlenden Personen dient der Ambulanzbrief zur Dokumentation des Erstgesprächs).
- Nach Erhalt der **schriftlichen Kostenzusage** seitens der Krankenversicherung bzw. bei selbstzahlenden Personen des **unterschiedenen Kostenvoranschlags bzw. der Honorarvereinbarung**, bitten wir um **Zusendung** dieser Dokumente (**plus psychologisches Indikationsschreiben**) per Post, Telefax oder E-Mail an info-tgz-pbc@sana.de
- Nach Vorlage der schriftlichen Kostenzusage bzw. des unterschriebenen Kostenvoranschlags/ Honorarvereinbarung (bei selbstzahlenden Personen) und des Indikationsschreibens, wird unser Zentrales Belegungsmanagement Sie kontaktieren, um einen **geeigneten OP-Termin** mit Ihnen zu vereinbaren. Die **Vorlaufzeit** für den **OP-Termin** liegt derzeit bei **ca. 3-4 Monaten**.
- Eine ggf. laufende **Hormontherapie** (z.B. Testogel, Östrogene) sollte ca. 1 Woche vor der geplanten OP pausiert werden - bzw. Testospritze (z.B. Nebido) nicht in der Woche vor OP appliziert werden - und kann ca. 1 Woche nach der OP wieder verabreicht werden.
- Die **schriftliche Aufklärung anästhesiologisch und plastisch-chirurgisch** erfolgt i.d.R. 1 Tag vor der OP, die **stationäre Aufnahme erfolgt am OP-Tag selbst**.
- Bei **weiter Anreise** ist die Unterbringung **in der Zeit vor der OP bzw. vor Aufnahme** z.B. in einem Hotel, Pension, AirBnB in der Nähe möglich (mögliche Unterkunftsoptionen nennt Ihnen z.B. unser Zentrales Belegungsmanagement, ZBM).
- Eine **Krankschreibung** kann im Fall der Leistung über die Krankenkasse für max. 2 Wochen erfolgen, danach kann eine Fortführung der Krankschreibung (je nach beruflicher Tätigkeit) z.B. hausärztlich erfolgen; bei selbstzahlenden Personen ist eine Krankschreibung durch uns leider nicht möglich.
- Eine **Folgekostenversicherung** kann im Fall von selbstzahlenden Personen über entsprechende spezialisierte Versicherungsagenturen (z.B. medassure, beautyprotect, safe4beauty u.a.) Ihrerseits in Erwägung gezogen werden.
- **Piercings** oder andere **metallische Gegenstände auf der Haut** am **OP-Tag** entweder entfernen oder durch Plastic Spacer ersetzen
- **bei starker Behaarung** das **OP-Gebiet am OP-Tag bitte rasieren**

Postoperative Wundversorgung „Mastektomie“

Bei „großen Schnitten“ mit freier Verpflanzung der Brustwarzen:

- **Stationärer Aufenthalt ca. 3 Tage. Entfernung der Drainagen** i.d.R. heimatnah (z.B. hausärztlich, gynäkologisch, chirurgisch) oder in der PLC-Ambulanz/ Station 42/43, **wenn die Flüssigkeitsbildung in den Flaschen <30ml/ 24h**. Markierungen zum gleichen Zeitpunkt (z.B. morgens nach 24h) aussen an der Flasche z.B. mit einem Edding möglich.
- **Entfernung der Brustwarzenverbände am 5. postoperativen Tag** (der entsprechende Wochentag, zB **SA** oder **SO** steht auf dem Verband), kann man selbst durchführen
- **Nach Entfernung der Brustwarzenverbände am 5. postoperativen Tag:** dunkle bläuliche Verfärbungen sind normal, ebenso leichte gelbliche feuchte Krusten, geringe gelbliche Sekretion, minimales Bluten. Mit **Betaisodonaflüssigkeit abtupfen/desinfizieren 1-2x tgl. und mehrere Stunden (2-3) im Intervall lüften ohne Verband**. 1x tägliches Wechseln von **Fettgaze** auf den Brustwarzen (z.B. Atrauman oder Adaptic, halbieren/vierteln möglich) - in Kombination mit losen unsterilen Kompressen (nicht vierteln) - für ca. **1 Woche nach Entlassung**, ab Woche 2, wenn Brustwarzen trocken eingeeilt, nur noch unsterile Kompressen lose auflegen
Nach 2 Wochen: Entfernung der braunen Steristrips. Bitte keine neuen braunen Steristrips auftragen, um Spannungsblasen, Hautirritationen und Pickelbildung zu vermeiden. Tägliches Lüften für 2-3 Stunden im Intervall ohne jeglichen Verband ist möglich
- **Fadenentfernung 2 Wochen nach OP-Datum** an den Brustwarzenaußenrändern, **blaue dünne Fäden** (nicht selbstauflösend) komplett entfernen und in der Brustumschlagsfalte (transparente Fadenschleufe) im Hautniveau kappen, da selbstauflösend; der innere Faden löst sich auf - **Die Fadenentfernung ist auch heimatnah (z.B. hausärztlich, gynäkologisch) gut möglich**.
- **Kompression** mit Bolero für 6-8 Wochen. Diese Kompressionsweste (Bolero) erhalten Sie durch **unser Sanitätshaus (Fa. Tonn)**. Ausgemessen wird die Kompressionsweste am vorstationären Termin vor dem OP-Termin und angelegt vor Entlassung.
- **Duschen** des Oberkörpers ab 1,5 Wochen nach OP-Datum möglich, auch mit normalem hautfreundlichem ph-neutralem Duschgel.
- **Schlafen auf der Seite oder auf dem Bauch ist ab dem 3. postoperativen Tag** bereits möglich, **Am OP-Tag:** bitte auf dem Rücken schlafen und nur zur Toilette (ggf. in Begleitung beim 1. Mal) gehen, nicht das Zimmer verlassen! **Arme über Kopf heben ab Tag 3 nach OP möglich**
- **Zur Narbenpflege:** 2 Wochen nach OP-Datum (nach Entfernung der Steristrips) ist das dünne Auftragen von z.B. Bepanthen Wund- und Heilsalbe auf die Wunden inkl. Brustwarzen sinnvoll. 4-6 Wochen nach OP-Datum kann ggf. mit Silikonsalben, Silikonpflastern etc. begonnen werden (z.B. Contractubex, Dermatix, Scarsil, Bepanthenarbenroller etc.).
- **Dunkle und helle Krusten** an den Brustwarzen lösen sich in der Regel nach ca. 4-5 Wochen von alleine ab; hier hilft ebenso dünnes Auftragen von Bepanthenalbe zum schnelleren Lösen der Krusten.
- Eine **gezielte Narbenmassage** und **in seltenen Einzelfällen ggf. manuelle Lymphdrainage** kann ab 2-3 Wochen postoperativ zur Reduktion von Verhärtungen und Schwellungen nützlich sein (1-2 x/ Woche à 30-45 Min., für ca. 6-8 Wochen).
- **Keine Sonneneinstrahlung** für 6 Monate, dann hoher Lichtschutzfaktor ab Faktor (LSF 50+) oder Narben mit UV-undurchlässiger Kleidung abdecken.
- **Sport und körperliche Aktivitäten:** Schwimmen, Baden, Sauna und jeglichen **Sport/körperl. Aktivität nicht für 6 Wochen**. Bankdrücken, Leistungsschwimmen, Bouldern, Klettern, Burpees, Liegestütze, Butterfly, generell alles, was **Exzessives Oberkörpertraining** betrifft, **nicht empfohlen für 6 Monate** um einer schlechten Narbenheilung vorzubeugen.

- **Wiedervorstellungstermine** am ehesten nach 6 Monaten und gerne nach 1 Jahr oder auch im weiteren Langzeitverlauf zur Kontrolle, bei Problemen jederzeit.
Ggf. bei weiter Anreise auch Nachfrage per Foto an die Klinik-E-Mail-Adresse:
info-tgz-pbc@sana.de, präferiert ist aber eine persönliche Wiedervorstellung im Langzeitverlauf ☺

Bei "kleinen Schnitten" um die Brustwarzen herum:

- **Wie oben**, nur zunächst Aufbringen von Fettgaze und Kompressen für ca. 1 Woche nach Entlassung.
- Tägliches Lüften für 2-3 Stunden, ggf. zwischenzeitliches Abtupfen der Brustwarzen mit Betaisodonalösung.
- **Unbedingte Wiedervorstellung zur Fadenentfernung 3 Wochen nach OP-Datum!**
- Das **endgültige postoperative Ergebnis** ist frühestens nach 6, eher 12 Monaten sichtbar. Leichte Dellen, Schwellungen etc. verschwinden in der Regel mit der Zeit.
- Narbenmassage und **Manuelle Lymphdrainage** können ab 2-3 Wochen postoperativ sinnvoll sein (**manuelle Lymphdrainage**: 1-2 x/ Woche, à 30-45 Min., für ca. 6-8 Wochen; muss hausärztlich oder anderweitig fachärztlich verschrieben werden).
- **Kompressionsbandage bzw. Kompressionsweste** für **6-8 Wochen** wie oben, gleiches gilt für die Narbenpflege und Sportkarenz.

Postoperative Wundversorgung „Brustaufbau“

Nach Einbringung eines Silikonimplantates:

- Tragen des **Kompressions-BHs und des Stuttgarter Gürtels** für 6-8 Wochen.
- **Fadenentfernung 14 Tage nach OP-Datum**, Faden in der Brustumschlagsfalte (transparente Fadenschleife) im Hautniveau kappen, da selbstauflösend; der innere Faden löst sich auf – **Die Fadenentfernung ist auch heimatnah möglich (z.B. hausärztlich, gynäkologisch).**
- **Duschen** des Oberkörpers ist 2-3 Wochen nach OP-Datum möglich, auch mit normalem hautfreundlichem ph-neutralem Duschgel.
- **Zur Narbenpflege**: 2-3 Wochen nach OP-Datum ist das dünne Auftragen von z.B. Bepanthen Wund- und Heilsalbe auf die Wunden sinnvoll.
- 3-4 Wochen nach OP-Datum kann ggf. mit **spezieller Narbenpflege**, d.h. Silikonsalben/-pflastern etc. begonnen werden (z.B. Contractubex, Dermatix, Scarsil, Bepanthenarbenroller etc.).
- Eine **gezielte Narbenmassage** kann ab 2-3 Wochen postoperativ zur Reduktion von Verhärtungen und Schwellungen nützlich sein.
- **Keine Sonneneinstrahlung für 6 Monate**, dann hoher Lichtschutzfaktor ab Faktor (LSF 50+) oder Narben abdecken.
- **Sport und körperliche Aktivitäten, Massagen der Brust**: Schwimmen, Baden, insbesondere Joggen, Sauna und **jeglichen Sport nicht für 6 Wochen.**
- Bankdrücken, Leistungsschwimmen, Bouldern, Klettern, Burpees, Liegestütze, Butterfly, generell alles, was **exzessives Training des Oberkörpers** betrifft, **nicht erlaubt für 6 Monate**, um einer schlechten Narbenheilung vorzubeugen.

- **Laserepilation der Brust** ist bis ca. 6 Wochen vor der OP möglich und 8 Wochen nach OP wieder möglich
- **Schlafen auf der Seite** nach ca. 6 Wochen möglich
- **Wiedervorstellungstermine** am ehesten nach 6 Monaten und gerne nach 1 Jahr oder auch im weiteren Langzeitverlauf zur Kontrolle, bei Problemen jederzeit.
Ggf. bei weiter Anreise auch Nachfrage per Foto an die Klinik-E-Mail-Adresse:
info-tgz-pbc@sana.de, präferiert ist aber eine persönliche Wiedervorstellung im Langzeitverlauf ☺

Generell mögliche postoperative Komplikationen „Mastektomie/Brustaufbau“:

- Bei blau verfärbter Brust - mit zunehmender deutlicher Schwellung der Brust - wäre dies ein Hinweis für ein **akutes HÄMATOM** → **sofortige Wiedervorstellung** in unserer Klinik zur operativen Ausräumung (OP).
- Bei **Rötung, Schwellung, Überwärmung, Fieber**, ist dies ein Hinweis auf eine **INFEKTION** → **sofortige Wiedervorstellung** bei uns in der Klinik (ggf. OP oder Antibiotikatherapie).
- Bei „Schwappen“ in der Brust ähnlich einem Wasserbett oder zunehmender Schwellung der Brust, kann dies ein Hinweis auf **WUNDWASSER** (sog. „**Serom**“) sein, welches i.d.R. eine harmlose Komplikation ist, aber besser **abpunktiert** werden sollte → dann zeitnahe Vorstellung bei uns oder in einer **heimatnahen gynäkologischen oder chirurgischen Praxis** zur Durchführung eines **Ultraschalls mit ggf. Punktion** des Wundwassers.

Unser Ziel ist es, Sie möglichst rasch wieder in Ihr gewohntes Umfeld und Ihren Aufgabenbereich einzugliedern.

Das Team der Klinik für Plastische und Ästhetische Chirurgie wünscht Ihnen einen angenehmen Aufenthalt und eine rasche Genesung!

**Priv.-Doz. Dr. med. Andreas Wolter, FEBOPRAS
Leitender Arzt**

TRANS*GenderZentrum Düsseldorf

E-Mail: andreas.wolter@sana.de oder
info-tgz-pbc@sana.de (Sekretariat)

Telefon: 0211-2800-3844

if_Patient:inneninformation

PLC Freigabedatum: 24.03.2026

Stand März 2026