

Authentische Erfahrungs- dokumentation aus Patientensicht:

Die erste Woche nach der OP Preservé™-Methode

Copyright- und Nutzungshinweis

Dieses Material enthält authentische Inhalte aus Patientensicht, die persönliche Erfahrungen im Zusammenhang mit der Preservé™-Technik widerspiegeln. Die Inhalte dienen ausschließlich internen Informationszwecken. Eine Vervielfältigung, Verbreitung oder Veröffentlichung – ganz oder in Teilen, in jeglicher Form oder auf jeglichem Medium – ist ohne die ausdrückliche, schriftliche Genehmigung von Herrn Dr. Voigt nicht gestattet.

Hinweis:

Die beschriebenen Erfahrungen stellen individuelle Eindrücke dar und sind nicht auf andere Personen übertragbar.

“Die ersten drei Tage nach meiner Brustvergrößerung mit der Preservé-Methode waren zwar die intensivsten, aber trotzdem überraschend gut auszuhalten.

Ich war am selben Abend schon wieder zu Hause, und obwohl die Nacht natürlich nicht erholsam war, war sie auch nicht schlimm. Ich konnte kaum flach liegen – dafür war das Druck- und Spannungsgefühl auf der Brust zu stark – also habe ich mir einen richtigen Kissenberg gebaut, fast wie einen Sessel aus Kissen, in dem ich halb aufrecht sitzen und gleichzeitig schlafen konnte. Ich habe in dieser ersten Nacht nicht viel geschlafen, aber ich war einfach erleichtert, dass alles vorbei war und ich mich grundsätzlich gut fühlte.

Am nächsten Morgen hat mein Mann die Kinder versorgt, damit ich mich noch etwas erholen konnte. Ich habe bis zum Mittag komplett Ruhe gehabt, und das war auch genau richtig so. Ich hatte alles gut vorbereitet – Essen, Snacks, Haushalt – sodass ich in diesen Tagen nichts wirklich „tun“ musste. Trotzdem war ich nicht aus dem Leben raus, ich war einfach etwas langsamer. Am ersten Tag nach der OP hat Herr Dr. Voigt mich auch persönlich angerufen und nach meinem Befinden gefragt – das fand ich sehr zuvorkommend und gleichzeitig konnte ich ihm auch hier bestätigen, dass es mir sehr gut geht.

Ich konnte alles: laufen, aufstehen, mich selbst versorgen. Das Einzige, was ich bewusst gemacht habe, war, meine Bewegungen zu reduzieren – kein hektisches Arme heben, kein Bücken, nichts tragen. Ich habe den Kindern erklärt, dass ich sie gerade nicht hochheben kann und sie mich bitte nicht anspringen sollen. Und das haben sie total verstanden.

Ab der zweiten Nacht konnte ich sogar wieder durchschlafen, zwar halbsitzend, aber tief und erholsam. Nur diese erste Nacht war wirklich unruhig, weil die Brust so gespannt hat. Danach war mein Schlaf kein Thema mehr.

Ich hatte in diesen ersten Tagen ein starkes Spannungsgefühl und Druck auf der Brust – nicht schmerzhaft, aber einfach präsent. Ich habe daher die Schmerzmittel, wie empfohlen, regelmäßig genommen, nicht, weil ich sie unbedingt gebraucht hätte, sondern weil ich wusste, dass ich mit Kindern im Alltag besser klarkomme, wenn ich nicht an dieser Spannung herumkaue.

Hätte ich keine Kinder und nur Couchzeit gehabt, hätte ich wahrscheinlich gar nichts genommen.

Ich hatte anfangs das Bedürfnis, die Brust beim Laufen leicht von unten mit der Hand zu stützen, weil es den Druck angenehmer gemacht hat. Aber schon ab dem zweiten Tag konnte ich komplett frei laufen und Auto fahren. Ich war körperlich fit, hatte keine Kreislaufprobleme und keine Schmerzen im klassischen Sinn – nur Druck.

Ab dem vierten Tag hatte ich diesen Moment, wo sich alles auf einmal verändert hat – als hätte jemand innerlich einen Schalter umgelegt.

Das Spannungsgefühl war plötzlich deutlich leichter, und nur noch der Druck im unteren Brustbereich war spürbar, also dort, wo auch der Schnitt liegt. Da war es angenehmer, beim Gehen noch leicht die Hand dagegenzuhalten, aber das war mehr Gewohnheit als Notwendigkeit.

Ich war insgesamt so fit, dass ich schon in dieser ersten Woche wieder komplett im Alltag war.

Ich war bei einem Frühstücksdate mit Freundinnen, war abends bei einem geschäftlichen Essen – natürlich alles in ruhigem Tempo, aber ohne Einschränkung. Ich musste nicht pausieren, ich musste nur achtsamer sein.

Und das war für mich das Beeindruckendste: dass ich zwar eine Operation hinter mir hatte, mich aber nicht krank fühlte.

Was sich in dieser Woche auch gezeigt hat – und das war von Anfang an spürbar – war, dass die rechte Brust etwas empfindlicher war und sich auch etwas fester anfühlte. Ich merke, dass sie noch ein bisschen mehr Zeit braucht, um gleichzuziehen, aber das ist völlig im Rahmen.

Ich unterschätze oft, dass das, was so leicht aussieht, ja trotzdem eine richtige OP war.

Körperlich konnte ich vom ersten Tag an meine Haare waschen, mich anziehen, Dinge über den Kopf ziehen, ohne Probleme. Nur anstrengende Bewegungen, bei denen der Brustmuskel mitarbeitet, habe ich vermieden.

Exakt eine Woche nach der Operation hatte ich meinen ersten Kontrolltermin bei Herrn Dr. Voigt. Bei diesem Termin wurden die Pflaster entfernt, der Faden gekürzt (der Rest löst sich ja von selbst auf) und ein neues, kleineres Pflaster aufgeklebt. Ich habe außerdem die Empfehlung bekommen, ab jetzt auf Silikonpflaster zur Narbenpflege umzusteigen, und die Rückmeldung, dass alles perfekt heilt. Die Brust ist nach einer Woche schon etwas abgesunken und sieht in der Form schon sehr harmonisch aus.

Wir haben auch nochmal über die Narkose gesprochen, weil ich ihm erzählt habe, dass ich mir vor der OP nie Gedanken über das Ergebnis gemacht hatte – für mich stand das einfach als sicher fest.

Die Narkose war das Einzige, das mich mental vorher beschäftigt hat.

Und ich war so erleichtert und so froh, wie gut ich sie vertragen habe und wie angenehm der ganze Ablauf dadurch für mich war.

Er meinte dann auch nochmal, dass gerade bei der Preservé™-Methode der Mix aus lokaler Betäubung plus Vollnarkose das Ganze für die Patientin deutlich verträglicher macht, weil viel weniger Narkosemittel benötigt wird als bei Eingriffen ohne lokale Betäubung. Genau das hat sich bei mir bestätigt – keine Nebenwirkungen, keine Übelkeit, keine Kreislaufprobleme.

Und obwohl überall damit geworben wird, dass diese Methode „auch nur mit lokaler Betäubung“ möglich ist, kann ich absolut nachvollziehen, warum es sowohl für den Chirurgen als auch für die Patientin einfach entspannter ist, wenn der Eingriff in Vollnarkose durchgeführt wird.

Für mich persönlich war das die richtige Entscheidung – ich würde es genau so wieder machen.

Ich bin auch mit dem Optischen super happy.

Ich bin sehr schmal gebaut und bin sehr froh, mit der gewählten Implantatgröße. Die Größe passt perfekt zu meinem Körper, es sieht schon jetzt, nach einer Woche, natürlich und harmonisch aus.

Nachdem wir mit der Untersuchung fertig waren, meinte Herr Dr. Voigt direkt, dass wir uns in zwei Wochen wiedersehen – also zur Kontrolle nach drei Wochen. Und die Mitarbeiterinnen am Empfang waren wieder sehr zuvorkommend bei der Terminvereinbarung. Man fühlt sich dort einfach wirklich gut aufgehoben, weil jede einzelne Person im Team aufmerksam ist, ohne dabei aufgesetzt zu wirken.

Ich bin rundum zufrieden – mit der Heilung, dem Ablauf, dem Ergebnis und vor allem mit der Art und Weise, wie ich in dieser Praxis begleitet werde.”