

Fettpolster ade

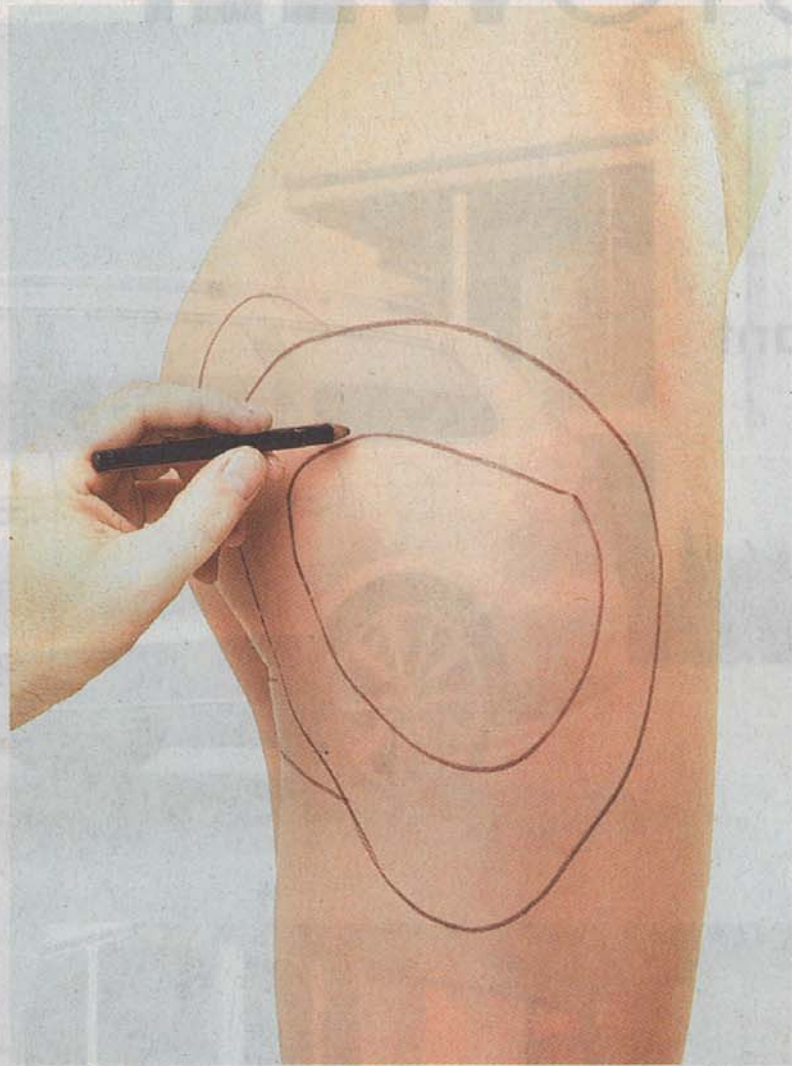
Von Diät bis Fettabsaugung – was hilft wann?

(pi). Flacher Bauch, straffe Beine und knackiger Po – wohl die meisten Menschen wünschen sich einen gut proportionierten Körper. Doch nur wenige verfügen von Natur aus über ihre Wunschfigur. So stellt sich oft die Frage, was gegen unerwünschte Pfunde am besten hilft.

Sorgen Sport, Diäten oder Fettabsaugungen, die nach wie vor zu den häufigsten Schönheitsoperationen zählen, für eine optimale Figur? Dr. Dr. Andreas Dorow, Chefarzt und Ärztlicher Direktor der Dorow Clinic in Waldshut, erklärt: „Bei generellem Übergewicht helfen gewöhnlich nur konsequente Ernährungsumstellung und regelmäßige Bewegung. Fettabsaugungen hingegen dienen lediglich dazu, gezielt einzelne störende Fettpolster zu beseitigen und die Proportionen anzupassen.“

Welche Sportarten oder Diäten sich anbieten, hängt in der Regel von den individuellen Voraussetzungen und Vorlieben des Einzelnen ab. Bei extremem Übergewicht – sogenannter Adipositas – empfiehlt sich jedoch immer auch eine Rücksprache mit einem Arzt. Trotz eiserner Disziplin und durchaus auch bei sonst schlanken Menschen bleiben in manchen Fällen aber Fettpolster bestehen. „Frauen plagen besonders die Problemzonen Bauch, Hüfte, Oberschenkel, Knie und Waden“, weiß Dr. Dorow.

„Bei Männern zeigen sich schnell Polster an Bauch, Hüfte und Brust.“ Erklären



Wenn sich Fettpolster trotz Sport und Diäten hartnäckig halten, denken inzwischen viele über eine Fettabsaugung als Alternative nach. Doch wann hilft eigentlich was?

lassen sich die Problemzonen dadurch, dass die Fettzellen – eine spezielle Form von Bindegewebe – in unterschiedlicher Menge in den jeweiligen Körperregionen vorliegen und auch das Fett unterschiedlich hartnäckig speichern.

Nehmen diese Zellen nun vermehrt Fett auf, dehnen sie sich aus. Zwar lässt sich dieser Vorgang durch Ernährung und Bewegung beeinflussen, doch an den Stellen, an denen eine höhere Anzahl an Fettzellen vorliegt, bleiben die typischen

Pölsterchen auch bei extremen Diäten, die weder lange durchzuhalten sind noch den aussehens lassen, bestehen. Solche Fettdepots entstehen oft durch eine entsprechende Veranlagung, die häufig auch ein Elternteil oder andere Familienmitglieder aufweisen.

Um hartnäckige Problemzonen dauerhaft zu beseitigen, bietet sich eine Fettabsaugung – auch Liposuktion genannt – an. „Einmal abgeseugte Fettzellen kommen nicht zurück, sodass beispielsweise Reiterhosen oder Rettungsringe dauerhaft verschwinden“, erläutert Dr. Dorow. „Doch gegen generelles Übergewicht schützt der Eingriff nicht. Denn überschüssige Kalorien werden natürlich von den verbliebenen Fettzellen im ganzen Körper weiterhin aufgenommen.“ In der Folge dehnen sich diese aus und sorgen für sichtbare Fettdepots – nun in anderen Körperarealen.

Darüber hinaus gilt es zu beachten, dass die abgeseugte Region zum restlichen Körper passt und das Unterhautfettgewebe nicht unnatürlich stark ausgedünnt wird. „Aus diesen Gründen empfiehlt es sich in vielen Fällen, eine geplante Fettabsaugung mit einer Ernährungsberatung zu kombinieren, um gegebenenfalls vorab erste Pfunde zu verlieren und auch im Anschluss auf eine angepasste Lebensweise zu achten“, betont Dr. Dorow abschließend.

Weitere Informationen unter www.dorow-clinic.de.