

# Die *perfekte* Mitte

**INTERVIEW ZUR BAUCHNABELKORREKTUR** – Der Bauchnabel ist die Narbe, die nach Durchtrennung der Nabelschnur am Bauch eines jeden Menschen zurückbleibt. Wer mit seiner Nabelform nicht zufrieden ist, der kann dies nur über eine Operation, die sogenannte Umbilicoplastik, ändern. Wir haben Dr. med. Karl Schuhmann, Facharzt für Plastische Chirurgie, zu diesem Eingriff befragt.



**BEAUTY FORUM: Wie sieht ein ästhetisch perfekt geformter Bauchnabel aus?**

**Dr. med. Karl Schuhmann:** Als ästhetisch perfekt wird ein Bauchnabel empfunden, der sich glatt in länglich-ovaler Form in die Bauchdecke einfügt. Er sitzt nicht zu tief im Bauch, steht aber auch nicht zu weit hervor.

**Wann kommt eine Korrektur des Bauchnabels infrage?**

In meiner Praxis sehe ich, dass die meisten Patienten den Eingriff der Bauch-

nabelkorrektur in Verbindung mit einer Bauchdeckenstraffung durchführen lassen. Bei einer Bauchdeckenstraffung wird der Bauchnabel umschnitten und neu positioniert. Die Form des Bauchnabels lässt sich bei diesem chirurgischen Eingriff natürlich ebenfalls anpassen. Die Bauchnabelkorrektur als einzelnen Eingriff nehme ich in meiner Klinik sehr selten vor.

**Wie sieht die Zielgruppe aus?**

Der Wunsch nach einem straffen und glatten Bauch ist besonders bei Frauen

nach Schwangerschaften oder starker Gewichtsabnahme sehr ausgeprägt.

Aber auch Männer kommen nach starker Gewichtsabnahme in meine Praxis und wünschen eine Bauchdeckenstraffung inklusive Bauchnabelkorrektur. Ziel der Umbilicoplastik ist der perfekt geformte Bauchnabel an der richtigen Stelle.

Anders ist es, wenn ein Nabelbruch, eine Nabelhernie, vorliegt. Ein Nabelbruch zeigt sich meist als kleine Beule unter der Haut. Es handelt sich dabei um eine Ausstülpung von Gewebe, wie

## ZUR PERSON



**DR. MED. KARL SCHUHMANN**  
ist Chefarzt der Klinik für Plastische Chirurgie/Ästhetische Chirurgie und Handchirurgie an den Augusta Kliniken Bochum und Hattingen und Inhaber der Privatpraxis Plastische/Ästhetische Chirurgie und Handchirurgie in Düsseldorf.  
[www.dr-schuhmann.de](http://www.dr-schuhmann.de)

zum Beispiel eine Darmschlinge. Ein kleiner Nabelbruch bereitet normalerweise keine Schmerzen und wird meistens ausschließlich aus ästhetischen Gründen operiert. Bei einem großen Nabelbruch besteht die Gefahr der Einklemmung.

### Welche Bauchnabeltypen gibt es?

Die Form unseres Bauchnabels ist so individuell wie wir selbst. Form und Größe sind dabei abhängig von genetischen Faktoren, aber auch davon, wie die Nabelschnur nach der Geburt durchtrennt wurde.

In den meisten Fällen zieht sich der Bauchnabel sich nach innen, man spricht dann von einem „Innie“. Bei einigen Menschen bleibt der Bauchnabel auch stehen und ragt über den Bauch heraus. Dann spricht man von einem „Outie“. Die Formen variieren von länglich über rund bis oval.

Drastischer Gewichtsverlust kann die Haut im Bereich des Bauchnabels dehnen und ihre Form in eine lange, horizontale Falte ändern.

Nach Schwangerschaften hingegen, kann es auch dazu kommen, dass sich der Bauchnabel nach außen stülpt und

unschön hervorsteht, auch ein Nabelbruch ist nach Schwangerschaften nicht selten.

### Wie läuft der Eingriff genau ab und wo liegen die Kosten?

Die OP der Bauchnabelkorrektur ist ein relativ kleiner Eingriff, der ca. 30–60 Minuten dauert und unter örtlicher Betäubung vorgenommen wird. Wenn die Nabelkorrektur in Verbindung mit einer Fettreduktion oder Bauchdeckenstraffung vorgenommen wird, dauert die OP natürlich länger.

Vor der Bauchnabelkorrektur markiert der Chirurg die geplante Schnittführung. Das ist notwendig, weil die Muskeln während des Eingriffs erschlaffen und die Bauchnabel-Form sich dadurch verändert. Durch die Markierung sieht der Chirurg dann genau, wie die Schnittführung ist. Welche Schnitttechnik letztlich zum Einsatz kommt, hängt von der Form und der Lage des Nabels ab.

Ziel ist eine runde bis länglich-ovale Form des Bauchnabels. Die durch die Bauchnabelkorrektur entstehende Narbe wird nach Möglichkeit innerhalb des Bauchnabels versteckt. Sie kann aber auch nach außen sichtbar sein. Die Kosten liegen bei circa 2.000 Euro.

### Welche Risiken und Komplikationen können bei einer Bauchnabelkorrektur auftreten?

Die Umbilicoplastik ist ein kleinflächiger ästhetischer Eingriff, daher treten bei dieser OP selten Komplikationen auf. Der Patient kann kurz nach dem Eingriff wieder nach Hause gehen.

Die Umbilicoplastik gilt als sehr sicheres Verfahren, doch auch hier können Komplikationen auftreten, wie beispielsweise Blutungen oder Infektionen bei mangelnder Wundhygiene. Weitere Komplikationen können eine schlechte Narbenbildung sein. Die oft sehr kleine Narbe ist bei normal verlaufender Wundheilung später kaum noch zu sehen.

### Was gilt es vor und nach der OP zu beachten?

Wie bei allen chirurgischen Eingriffen sollte der Patient einige Tage vor dem Eingriff auf Alkohol und Zigaretten verzichten. Auch sollte mit dem Hausarzt das



## MEHR ERFAHREN – ONLINE GEHEN!

Exklusiv für Online-Abonnenten von BEAUTY FORUM: Im Video stellt Kosmetikerin Fabienne Pinger die beliebtesten Körperbehandlungen und neuesten Trends vor. Besuchen Sie jetzt [www.beauty-forum.com](http://www.beauty-forum.com) und geben Sie den Webcode 151688 ein.

Absetzen von Medikamenten abgeklärt werden, besonders wenn der Patient blutverdünnende Medikamente einnimmt. Innerhalb der ersten Tage nach der Operation wird die Bauchwunde verbunden und je nach Bedarf mit einem Antiseptikum behandelt, sodass keine Bakterien in die Wunde gelangen können. Duschen sollte der Patient am Tag der Operation nicht mehr. Solarium, Sauna, Baden und Schwimmen sowie bewegungsintensiver Sport sind für ein bis zwei Wochen nach dem Eingriff tabu. Gerade Sport kann zu vermehrter und unschöner Narbenbildung führen.

### Ist der Eingriff ein Trend?

Die Bauchnabelkorrektur wird in Fachkreisen heftig diskutiert. Der Eingriff wird eher als Modetrend gesehen, bei dem der Risiko-Nutzen-Faktor nicht stimmt. Diesem Urteil schließt sich auch die GÄCD (Gesellschaft für Ästhetische Chirurgie Deutschland) als Dachverband an. So ist der Eingriff selbst zwar relativ kleinflächig und kurz, birgt aber genau dieselben Komplikationsmöglichkeiten wie aufwendigere Operation mit größerem Effekt, wie beispielsweise die Bauchdeckenstraffung oder die Liposuktion. Ein weiterer Kritikpunkt sind die vergleichsweise hohen Kosten für eine Bauchnabelkorrektur. Nicht nur deshalb lehnen viele Ärzte und Kritiker die reine Bauchnabelkorrektur ab und fordern stattdessen, sie allenfalls in Kombination mit einem verwandten Eingriff, wie beispielsweise einer Bauchdeckenstraffung, durchzuführen. □