



WASCHBRETTBAUCH FÜR FAULE

Ein Sixpack gibt's auch per OP



Der Weg zum begehrten Sixpack ist anstrengend und steinig. Kein Wunder also, dass nach Abkürzungen gesucht wird. Aufsprühen ist nun wirklich keine Option, doch wie sieht es mit einer OP aus?

Foto: E/Getty Images, Barcroft Media/Getty Images

10.11.2017 - 15:46 Uhr

Bei Männern und Frauen steht ein knackiger Sixpack auf der Fitness-Wunschliste weit oben. Doch hinter den gerippten Körpermitteln von Sportlern und Models steckt viel harte Arbeit.

Wer jedoch keine Lust auf Sport und strenge Diät hat, muss entweder mit der Plauze leben oder, wie Rodrigo Alves, besser bekannt als menschlicher Ken, das gewünschte Ergebnis anderweitig erzielen – nämlich mittels einer Operation.

Vor ein paar Jahren war Rodrigo Alves

(<https://www.instagram.com/rodrigoalvesuk/?hl=de>) (34) noch ein ganz normaler Typ – mit kleinem Speckbauch und Allerweltsgesicht. Aber jetzt, zig Operationen und etwa 455 000 Euro später, sieht er aus wie ein wahr gewordener Puppen-(Alb)Traum mit implantiertem Waschbrettbauch.



Zu Beginn war Rodrigo Alves ein eher rundlicher Durchschnittsmann. Diverse OPs, viel Geld und Schmerzen später präsentiert sich der in England lebende Brasilianer mit künstlichem Sixpack

Fotos: Rodrigo Alves/REX, Barcroft Media/Getty Images

Der Ablauf

Allerdings gibt's selbst das Sixpack aus dem OP nicht ganz ohne Anstrengung: „Der Patient sollte auf jeden Fall im Vorfeld Bauchtraining zum Aufbau der Muskeln durchführen, je intensiver das Training betrieben wird, umso besser kann das Ergebnis nach der Behandlung werden“, erklärt **Dr. med. Karl Schuhmann** (<https://www.koe-medicals.de/ueber-uns/dr-karl-schuhmann.html>), Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie in der Fachpraxis „Kö Medicals“, im Gespräch mit BILD. Eine Altersgrenze für eine Operation gibt es nicht, jedoch verhindert ein starker Hautüberschuss eine Operation, weshalb der Eingriff bei stark übergewichtigen Menschen nicht vorgenommen werden kann.

Im OP werden die Fettzellen am Bauch abgesaugt. „Hierdurch werden die Konturen der Bauchmuskeln modelliert: Durch die entstandenen Rillen entsteht so ein optischer Eindruck, der einem Sixpack (</bild-plus/lifestyle/wellness-fitness/training/fitness-sixpack-fuer-faule-52819304.bild.html>) ähnelt“, erklärt der Mediziner das Vorgehen.

Die Risiken

Wie bei jedem chirurgischen Eingriff sind auch bei der Sixpack-OP einige Risiken zu beachten: „Es kann zu Durchblutungsstörungen kommen, die bei einem starken Spannen der Haut entstehen. Daher sollte nach der Operation darauf geachtet werden, für mehrere Wochen Kompressionskleidung zu tragen. Zudem ist für mindestens drei Monate auf Sonnenbestrahlung und Saunabesuche zu verzichten. Auch von Sport und sonstiger schwerer körperlicher Arbeit ist für ungefähr drei Monate abzuraten“, warnt Dr. Schuhmann.

Wer schnelle Ergebnisse erwartet, wird, so der Experte, enttäuscht sein: „Da die Schwellungen der Operation sehr lange anhalten können, ist frühestens nach drei Monaten ein Ergebnis sichtbar, in vielen Fällen kann es sogar ein Jahr dauern.“

Das Ergebnis

„Das Ergebnis ist immer davon abhängig, wie die Lebensumstände des Patienten aussehen“, gibt der Experte zu bedenken. „Wenn er ungesund lebt und keinen Sport treibt, kann das [Sixpack \(/bild-plus/lifestyle/wellness-fitness/berlin-fashion-week/maenner-model-muskeln-tipps-sixpack-52457492.bild.html\)](/bild-plus/lifestyle/wellness-fitness/berlin-fashion-week/maenner-model-muskeln-tipps-sixpack-52457492.bild.html) schon nach kürzester Zeit unnatürlich wirken“ – und dadurch, wie bei Rodrigo Alves wohl passiert, können Nacharbeiten fällig werden.

PS: Sind Sie bei Facebook? Werden Sie Fan von BILD.de-Lifestyle!

<http://www.facebook.com/pages/BILD-Lifestyle/139060219459334?ref=search>

© Axel Springer AG. Alle Rechte vorbehalten