

Dana ist glücklich mit ihrer neuen Figur: Ihre Kinder Toni (18, r.), Deacon (15) und Leland (9) freuen sich mit



DIE GROSSE MAMA-DISKUSSION

Erst Baby, dann Beauty-OP?

„Mommy Makeover“, so heißt der Trend zur Rundum-OP nach einer Schwangerschaft (s. Kasten r.). 3-fach-Mami Dana (l.) hat's gerade hinter sich, schon lange war ihr Wunsch, Bauch und Busen wieder in Top-Form zu bringen. Julia hingegen versucht, sich so zu lieben, wie sie ist

An manchen Tagen hielt es Dana kaum noch aus. „Ich stand vor dem Spiegel und dachte: So will doch keine Frau aussehen.“ Ihre Brüste waren von Schwangerschaft zu Schwangerschaft riesiger geworden – seit der Geburt ihres jüngsten Sohnes Leland, heute 9, musste sie BH-Größe 80H bis 80J tragen. Die 44-jährige lächelt müde: „Vielleicht kann sich die eine oder andere Frau vorstellen, wie eine Brust von dieser Größe aussieht – und auch, wie schwer man an ihr zu tragen hat.“

ich dort sogar Schleimbeutelentzündungen.“ Schon lange wünscht sich Dana eine Brustverkleinerung. Ästhetisch schön findet die alleinerziehende Mutter auch ihren Bauch nicht mehr: „Ich hatte fiese Schwimmreifen über dem Hosenbund.“ Nun hatte Danas Traum einen Namen: „Mommy Makeover“, eine Rundum-OP gegen diese „Schwangerschafts-Überbleibsel“. „Und zwar nur für mich selbst.“

Ihr größter Wunsch? Einmal einen schönen BH von der Stange kaufen. Sie recherchiert im Internet, geht in die Praxis „Docure Berlin“ von Dr. Annett Klein-

schmidt. Die Fachärztin für Plastische und Ästhetische Chirurgie entfernt Dana pro Brustseite 250 Gramm, hebt dabei die Brust an. Kombiniert wird der Eingriff mit einer Liposuction: 850 ml Fett werden an Danas Bauch abgesaugt. Kosten insgesamt: rund 10 000 Euro.

„Klar dachte ich, ob ich das Geld nicht lieber für die Kinder ausgeben sollte“, gibt Dana zu. „Doch ich wollte auch endlich ohne Schmerzen leben.“ Drei Monate sind seit der „Mommy Makeover“-OP vergangen. Dana geht jetzt wieder aufrecht durchs Leben – in jeder Hinsicht: „Ich fühle mich attraktiver und viel selbstbewusster“, lacht sie. „Ich bin einfach überglücklich, dass ich mich getraut habe.“

Die Berlinerin versteckte ihren Oberkörper unter weiten Oberteilen. „Weil mein Busen so riesig war, passte ich sowieso in keine normale Bluse. Figurbetontes wäre nur peinlich gewesen.“ Auch schöne Kleider konnte sie deshalb nie tragen. „Sie saßen an mir wie ein Sack, weil ich sie größer kaufen musste und ansonsten schlank war, Konfektionsgröße S oder M trug.“ BHs muss sie als Sonderanfertigung im Internet bestellen und Silikonunterlagen unter die BH-Träger legen, damit das Gewicht der Brüste nicht einschneidet. Für Dana nur noch frustrierend. Und sie leidet auch körperlich: „Ich hatte ständig schlimme Nacken- und Rückenschmerzen“, erzählt sie. „Meine Schultern haben, wo die BH-Träger aufliegen, fingerdicke Einkerbungen. Und am Ende hatte

DANA (44):
Jetzt mag ich meine Mama-Figur!

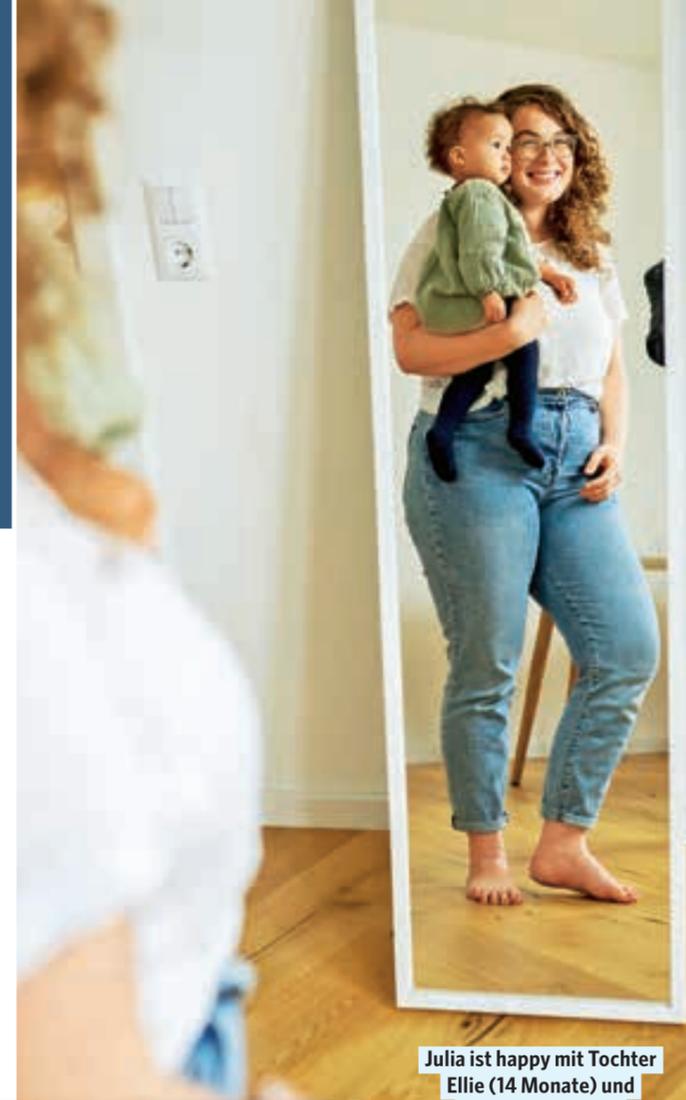


Von Körbchengröße 80H auf 80C/D, der Bauch flacher: Bevor Fachärztin Dr. Annett Klein-schmidt Dana operierte, führten sie ausführliche Beratungsgespräche

Auch Julia (28) aus Berlin ist seit Kurzem Mama. Während die Social-Media-Managerin mit uns spricht, gluckst Töchterchen Ellie (14 Monate) auf ihrem Arm. Sie erzählt: „Ich finde es wichtig, dass man zu seinem Körper steht – im Netz sprechen wir von ‚Body Positivity‘, also dazu, ein positives Körpergefühl zu haben. Ich versuche, das auch selbst auszustrahlen.“

Dennoch gibt auch sie zu, dass es nicht einfach ist, ihren durch die Schwangerschaft veränderten Körper zu akzeptieren. „Wenn es nur um drei oder vier Kilo mehr ginge, würde mich das null stören. Dafür hat mein Körper ein Wunder vollbracht! Ich bin stolz auf ihn. Aber bis zu meinem richtigen Wohlfühlgewicht, sind es eher 10 bis 15 Kilo, die zu viel an mir hängen und das macht einen Unterschied.“ Insgesamt hatte sie 25 Kilo während der Schwangerschaft zugenommen.

„Ich stille auch noch. Klar könnte das meinen Busen verändern. Aber Ellie ist wichtiger. Solange sie möchte, mache ich es eben.“ Eine „Mommy Makeover“-OP? Schließt sie für sich aus. „Zumindest für den Moment.“ Mehr Sorgen mache sie sich um ihr Gewicht. „Ich muss abnehmen, jogge auch wieder und versuche, vernünftig zu essen“, sagt sie. „Aber richtig purzeln



Julia ist happy mit Tochter Ellie (14 Monate) und Mann Charles: „Er liebt mich so, wie ich bin“



JULIA (28):
Mein Körper hat ein Wunder vollbracht – eine Geburt

tut da nichts. Und meine Dehnungsstreifen am Bauch sind auch nicht wirklich weggegangen. Die stören mich aber inzwischen nicht mehr – ich verbinde sie mit meiner Ellie!“ Und welchen Einfluss hat das veränderte Körpergefühl



auf ihre Beziehung? „Mein Mann Charles liebt mich so, wie ich bin, er meint, er sehe keinen Unterschied an mir. Er muss blind vor Liebe sein. Aber das ist auch schön, oder? Und zeigt uns Frauen vielleicht einfach nur den richtigen Weg: Uns selbst nicht immer so kritisch zu sehen.“

OP-TREND AUS ÜBERSEE

In den USA und Brasilien sind „Mommy Makeovers“ längst Trend. Viele deutsche Schönheits-Chirurgen haben die englischsprachige Bezeichnung für die Kombi-OP nach einer Schwangerschaft übernommen. Operiert werden vor allem Brüste, überschüssige Haut und Bindegewebe am Bauch. Auch Intimchirurgie gehört zum „Mommy Makeover“.

Das sagt die Psychologin

„Nur für sich selbst tun“

► Dipl.-Psychologin Svenja Lütthe aus Kiel: „Jede Frau hat ihr eigenes Schönheitsbild. Die einen können den neuen, anderen Körper akzeptieren, steht er doch für Schwangerschaft, Geburt, das Kind. Andere Mütter wollen ihren ‚alten‘ Körper zurück. Wenn sich eine Frau nicht mehr wohlfühlt, dann ist es doch legitim, wenn sie das durch chirurgische Eingriffe korrigieren lässt. Wichtig finde ich, dass die Frau es für sich tut und nicht etwa, um ihrem Mann zu gefallen.“



Das rät die Hebamme

„Der Körper braucht Zeit“

► Sissi (35), Mutter von 3 Kindern (9, 7, 2) aus Berlin: „Schwangerschaft, Geburt, Stillen hinterlassen Spuren. Jeder Körper reagiert anders. Manche Frauen denken, wenn sie stillen, würden sie schnell wieder abnehmen. Viele nehmen aber dabei zu – wegen der hormonellen Umstellung. Der Körper wird noch weicher. Bei mir war das auch so. Erst mindestens ein Jahr nach dem Abstillen wird er allmählich wieder fester. Wichtig finde ich, dass man sich nicht vergleicht mit anderen Müttern. Ich finde meinen Körper okay – mit seinen Veränderungen. Natürlich habe ich auch Dehnungsstreifen. Warum sollte ich sie mir weglassen lassen? Es ist wichtig, dem Körper Zeit zu geben. Ich habe erlebt, dass sich eine Mutter sechs Wochen nach der Entbindung Fett absaugen ließ. Das ist verrückt. Zum Glück verändert sich etwas in der Gesellschaft. Man sieht jetzt langsam mehr echte Körper, z. B. in Filmen. Mit Kurven und Narben. Gut so!“

