

MADAME

Beauty

1/2014 Deutschland 9,90 Euro; Schweiz 19,50 sfr; Österreich 11 Euro

Schönheit vom Profi

Wie die besten Ärzte Botox, Filler und Laser einsetzen

- DIE NEUEN METHODEN
- DIE PREISE
- DIE RISIKEN

WIE FÜHLT ES SICH AN?

Frauen über ihre Beauty-Eingriffe

SKALPELL ADÉ

Warum kleine Korrekturen im Kommen sind

GUT ERHOLT

Die schönsten Spas der Welt





NACHGEFRAGT

Wie viel Lifting schaffen Cremes?

LIFTING MIT ULTRASCHALL

Unter dem Namen Ulthera wird seit Kurzem eine sanfte Lifting-Alternative angeboten. Dabei wird das Bindegewebe punktuell mit Ultraschall erhitzt, ohne die Oberhaut zu stressen – was den großen Vorteil hat, dass es quasi keine Downtime gibt. In den folgenden sechs Monaten kommt es zu einer Straffung der Haut, ausgelöst durch hauteigene Reparaturmechanismen. Die so verjüngte Haut unterliegt danach der normalen Alterung, der Effekt an sich ist dauerhaft. „Besonders im Kinn- und Halsbereich lassen sich mit Ulthera gute Erfolge erzielen“, sagt Dr. Gregor Huschek, der in Hamburg eine Privatpraxis für ästhetische Medizin leitet. „Ideal ist, dass man während der Behandlung durch das bildgebende Verfahren genau prüfen kann, ob man die optimale Eindringtiefe erzielt.“ Voraussetzung für ein befriedigendes Resultat nach einer Behandlung: Die Kollagenstrukturen der Haut sind weder durch starkes Rauchen noch durch UV-Stress angegriffen, und der Patient ist nicht untergewichtig.

FACTS – Narkose: topische Narkose-Creme, Schmerztabletten; Risiken: blaue Flecken (selten), vorübergehendes Taubheitsgefühl (sehr selten). Bei extrem ungeübten Ärzten (nachfragen!) sind sehr selten kleine Verbrennungen aufgetreten. Dauer des Eingriffs: je nach zu behandelndem Areal bis zu 90 Minuten; Downtime: entfällt; Kosten: für ein Treatment von Kinn und Hals ab 2800 Euro

Über den Erfolg eines Liftings entscheidet in erster Linie das Geschick des Arztes

Können moderne, hoch technisierte Anti-Aging-Cremes mit den Mitteln der ästhetischen Medizin mithalten? Ja und nein. Ja, weil gute Hautpflege den Teint enorm verbessern kann und UV-Filter und Antioxidantien unumstritten Faltenbildung bremsen. Nein, weil bei einem Facelift der Chirurg die Haut um mehrere Zentimeter strafft. Keine Creme der Welt kann diesen Effekt herbeiführen, auch wenn sie das Wörtchen „Lift“ im Namen trägt. „Fauxtox“ werden die Tiegel mit vielversprechenden Namen wie „Laser in a Bottle“ genannt, weil sie so tun, als ersetzen sie den Beauty-Doc. Doch auch wenn sie das nicht schaffen – eine Wirkung erzielen sie. Das bestätigen auch unabhängige Studien, z. B. vom Institut für experimentelle Dermatologie, in dem regelmäßig neue Produkte getestet werden. Überdies können Cremes mit fragmentierter Hyaluronsäure den Feuchtigkeitsgehalt der Haut so verbessern, dass die Ergebnisse von Hyaluronsäure-Unterspitzungen länger halten – das hat Eucerin gerade mit einer klinischen Studie unter Beweis gestellt. By the way: Die häufig geäußerte Kritik, Cremes dürften überhaupt keine Wirkung haben (weil sie keine Medizin sind, sondern eben „nur“ Cremes), ist ein Mythos. Solange die „angepriesenen Wirkungen überwiegend kosmetischer Art sind, wie es der Gesetzestext formuliert, darf eine frei verkäufliche Creme sehr wohl eine physiologische Wirkung erzielen. Fazit: Die Anti-Aging-Kosmetik von heute und die ästhetische Medizin sind keine Gegner, sondern ein Team. Schön, dass es sie gibt. [AB]



01



02



03

JUGEND IN KLEINEN DOSEN

Liegt die Zukunft der Anti-Aging-Cremes in „Human Growth Factors“? So bezeichnet man körpereigene Signalzellen, die u. a. die Regeneration von Verletzungen steuern. Nach ersten klinischen Studien läuten die Wachstumsfaktoren eine neue Ära der Anti-Aging-Kosmetik ein. Erste Produkte, die sie nutzen: **01.** Kur für reife, irritierte Haut. „Anti-Aging & Boosting Face Fluid“ von Doctor Duve, um 175 Euro **02.** Augenserum mit Wachstumsfaktoren aus Vormilch. „Lifting Eye Serum“ von Immupure, um 135 Euro (über www.ausliebezumduft.de) **03.** Mit humaner, durch Bio-Hightech in Gerste erzeugter Wachstums-DNA. „30 Day Treatment“ von Bioeffect, um 250 Euro

angesagt, die kleine Unebenheiten verschwinden lassen. Ideal sind Enzympeelings, die man vor dem Auftragen aufschäumt (z. B. „FirmX Peeling“ von Peter Thomas Roth). Anschließend mit einer weichen Gesichtsbürste ohne Druck kreisend massieren. Danach ist die Partie klar, rosig und aufnahmefähiger für alles, was man ihr an Pflege zukommen lässt. Aufbaumasken zaubern Knitterfältchen weg, indem sie die Haut mit viel Feuchtigkeit aufpolstern (z. B. „Skin Hydrating Masque“ von Dermalogica). Die Maske v-förmig von den Schultern in Richtung Brustbein einmassieren. Das Dekolleté anschließend mit Klarsichtfolie abdecken, das schleust die Wirkstoffe besser ein. Für einen dauerhaft gepflegten Ausschnitt morgens und abends Spezialcremes mit sanft kreisenden und streichenden Bewegungen auftragen. Es gibt für das Dekolleté sehr differenzierte Produkte, die beispielsweise zusätzlich gegen Pigmentflecken wirken (z. B. „Ultimate Lift Age-Correcting Cream for Throat & Decolletage“ von Estée Lauder), die die Hautpartie aufpolstern oder straffen.

OPTISCHE TÄUSCHUNG

Gold- oder Silberpuder, schillernde Öle und Glitzer-Lotionen mit Perlmutterpartikeln zaubern mehr Fülle in den Ausschnitt und lassen die Haut glatter und seidiger wirken (z. B. „Huile Prodigious Or“ von Nuxe). Die Pigmente reflektieren das Licht und kaschieren kleine Fältchen und Unebenheiten. Tagsüber nur zart hingehaucht, darf es am Abend ruhig etwas mehr sein. Ein Profi-Mogeltrick für kleine Busen: Bronzepuder mit einem dicken Puderpinsel als Y zwischen die Bruste platzieren. Dabei die Rundungen etwas stärker schattieren, das macht sie optisch praller und plastischer (z. B. „Star Bronzer Pin-ceau Bronzant Magique“ von Lancôme). Generell wirkt ein gebräuntes Dekolleté straffer und verführerischer. Das soll aber keine Einladung zu exzessiven Sonnenbädern sein, denn UV-Licht lässt diese

Gegen Botox, Laser, Filler und Ultraschall haben Fältchen keine Chance

Hautpartie besonders schnell altern. Die perfekte Alternative zur Sonne sind Selbstbräuner (z. B. „Bronce“ von Dior). Damit die Haut schön gleichmäßig getönt wird, unbedingt vorher ein Peeling machen.

ERSTE HILFE VOM DOC

Nicht nur für das Gesicht, auch für den Hals- und Dekolletébereich gibt es inzwischen einige sanfte Methoden aus der ästhetischen Medizin. „Leider gibt es für das Dekolleté aber immer noch keine zu 100 Prozent perfekte Lösung“, erklärt der Münchner Dermatologe Dr. Stefan Duve. „Je nach Ausgangssituation bekommen wir mit verschiedenen Treatments trotzdem durchaus gute Resultate.“ Im Münchner Haut- und Laserzentrum an der Oper hat man eine Therapie entwickelt, die zwei Verfahren miteinander kombiniert: Lasertherapie und Micro-Needling. Bei diesem sogenannten Ipanema-Lifting wird das Dekolleté zunächst mit dem ActiveFX-Laser intensiv gepeelt und die Kollagenneubildung angeregt. Dann folgt in derselben Sitzung das Micro-Needling, wobei durch feinste Nadeln Hyaluronsäure sozusagen unter die Haut gerollt wird. Ergebnis: Knitterfältchen an Hals- und Dekolleté werden ähnlich wie bei einer Unterspritzung von innen heraus aufgepolstert und geglättet. Kosten: ab 800 Euro.

DIE TOP-MASSNAHMEN

Die neue Ultraschallmethode Ultratherapy wurde ursprünglich als einziges nicht invasives Lifting-Verfahren für das Gesicht entwickelt. „Wir nutzen das Gerät auch im Dekolletébereich und haben sehr gute Erfahrungen damit gemacht“, erklärt Dr. Duve. Das Bindegewebe wird bei dieser Methode in einer Tiefe von bis zu vier Mil-

limetern auf etwa 55 Grad erwärmt, die Oberhaut bleibt völlig intakt. Meist reicht eine Behandlung, das endgültige Ergebnis ist allerdings erst nach drei bis vier Monaten sichtbar. Kosten: ca. 1500 Euro. Falten und Sonnenschäden lassen sich mit Fraxel oder Radiofrequenz sehr gut lasern oder unterspritzen. Nachteil beim Lasern: Es bilden sich für ein bis zwei Wochen kleine Krusten, und die Sonne sollte unbedingt gemieden werden. Kosten: ab 600 Euro pro Sitzung, meist sind drei Sitzungen nötig. Mit Botox-Injektionen an zehn bis 20 Punkten kann der große Halsmuskel Platysma stillgelegt werden, der für Knitterfältchen verantwortlich ist. Kosten: ca. 600 Euro. Ebenfalls neu auf dem Markt ist der Filler „Volbella“. „Er ist so dünnflüssig, dass er sich auch für das Auffüllen von Dekolletéfalten bestens eignet“, betont der Münchner Arzt. ■

MICRO-NEEDLING

Wenn großflächige Hautpartien wie das Dekolleté von feinen Fältchen befreit werden sollen, kann das sogenannte Micro-Needling helfen. Dabei wird mit einem Roller mit extrem feinen Titannadeln über die betroffene Hautpartie gefahren. Die dabei entstehenden Mikro-Verletzungen lösen einen hauteigenen Regenerationsprozess aus – ähnlich wie der Fraxel-Laser, nur weniger tief –, in dessen Verlauf sich die Haut leicht strafft. Je nach Dicke der zu behandelnden Epidermis (im Kinnbereich ist sie zum Beispiel dicker als unter den Augen) variiert die Nadellänge. Direkt nach dem Micro-Needling können zudem gezielt Pflegesubstanzen sehr effizient und tief in die Haut gebracht werden, zum Beispiel Retinol, das die Straffung verstärkt, oder Hyaluronsäure, die die Haut durchfeuchtet und zudem beruhigt. „Nach etwa 24 Stunden sind die ersten Ergebnisse sichtbar“, sagt Dr. Susanne Steinkraus vom Hamburger Skin Biology Center (SBC). Ebenfalls gut geeignet ist Micro-Needling zur Bekämpfung von Aknenarben und vergrößerten Poren. FACTS – Narkose: entfällt; Dauer des Treatments: ein bis zwei Stunden; Downtime: entfällt; Risiken: Rötungen (mit Make-up kaschierbar); Kosten: Gesicht/Hals-Dekolleté-Behandlung im SBC ca. 380 Euro