

RATGEBERKOMPAKT

Themen im Überblick

Ästhetische Medizin zum Wohlfühlen

Sanfte Korrekturen auf dem Vormarsch

Vielfältig einsetzbar: Filler

Hautverjüngung und glatte Haut

Ästhetische Medizin zum Wohlfühlen

„Das bin doch nicht ich!“, möchten viele Menschen ungläubig beim Blick in den Spiegel ausrufen. Denn das äußere Erscheinungsbild vermittelt einen vollkommen anderen Eindruck als ihre Eigenwahrnehmung. Interessante Mimikfalten vermitteln plötzlich den Eindruck von Alter oder die Wangen wirken eingefallen. Nicht wenige Menschen fühlen eine Diskrepanz zwischen ihrer äußeren Erscheinung und ihrer inneren Haltung – von störenden Zornesfalten, obwohl man eigentlich ein fröhlicher Mensch ist, bis hin zu Konturdefekten des Gesichts wie „hohle Augen“ oder „Hängebäckchen“. „Man darf nicht vergessen, dass sich viele Dinge auf unsere Psyche auswirken, gerade wenn es sich um den eigenen Körper handelt“, so Prof. Dr. Günter Germann, Ärztlicher Leiter am Ethianum, Klinik für Plastisch-Rekonstruktive, Ästhetische Chirurgie und Präventive Medizin am Universitätsklinikum Heidelberg. „Mit wenig invasiven Eingriffen kann man die gefühlten Fehler der Natur oder altersbedingte Folgen sanft korrigieren und ein besseres seelisches Gleichgewicht wiederherstellen.“ Immer mehr Menschen, Frauen wie Männer, entscheiden sich deshalb für eine ästhetische Korrektur.

Doch bei der Behebung äußerer körperlicher Merkmale sind neben den fachlichen vor allem auch die menschlichen Qualifikationen des behandelnden Arztes gefordert, weiß Germann. „Es geht nicht um die perfekte Nase oder dasselbe faltenlose Gesicht für jedermann, sondern um



die individuelle Persönlichkeit. Die Wertschätzung des Patienten und seiner Bedürfnisse, das Verstehen und auch manchmal Korrigieren seiner Wünsche sind die Basis für ein Ergebnis, das zu mehr Wohlbefinden und Selbstsicherheit führt.“

Sanfte Korrekturen auf dem Vormarsch

Vielen Anzeichen des verfrühten Alterns kann die Ästhetische Medizin durch gering belastende Eingriffe Abhilfe schaffen. Sie wird seit Jahren zunehmend nachgefragt und verhilft immer mehr Menschen zu einem frischeren Aussehen. Im Zentrum steht die Behebung störender Körpermerkmale und die Wiederherstellung des Gleichgewichts von gefühltem Alter und äußerem Erscheinungsbild. „Ästhetische Eingriffe mit kosmetischem Hintergrund sollten dezent sein“, so Günter Germann. „Schließlich ist das Empfinden der eigenen Schönheit eine Frage der Harmonie zwischen Eigenwahrnehmung und Aussehen. Das Gleichgewicht muss stimmen, und tut es das nicht, kann der Facharzt Abhilfe schaffen.“

Altersbedingte Erscheinungen glätten

Zwar gilt nach wie vor für viele Menschen, dass Falten dem Gesicht Reife und Individualität verleihen. Auf der anderen Seite jedoch lassen zum Beispiel Stress, wenig Schlaf, unausgewogene Ernährung, UV-Strahlung, genetische Veranlagung oder Rauchen die Haut frühzeitig altern. Die dann häufig gefühlte Diskrepanz zwischen gefühlter Lebensenergie und äußerem Erscheinungsbild lässt sich oftmals leicht mit einem medizinisch-kosmetischen Eingriff beheben.

Botox gegen Falten

So glättet zum Beispiel Botox tiefe Stirn-, Zornes- und Lachfalten. Das Protein Botulinumtoxin wird vor allem im oberen Gesichtsdrittel eingesetzt. Es entspannt die Muskulatur und verhindert dadurch die Faltenbildung. Für die kosmetische Behandlung setzen die Ärzte stark verdünntes Botox ein, das unter die Hautoberfläche injiziert wird. In der Regel kann man nach zwei bis fünf Tagen erste Ergebnisse sehen, nach zehn Tagen kommt die Wirkung voll zum Einsatz. Die Anwendung von Botox hält sechs bis neun Monate an und muss – um ein länger



anhaltendes Ergebnis zu erzielen – in regelmäßigen Abständen wiederholt werden. Extrem seltene mögliche Nebenwirkungen sind Rötungen des Gesichts oder vorübergehend leichte Kopfschmerzen.

Vielfältig einsetzbar: Filler

Eine weitere Möglichkeit im Rahmen der Ästhetischen Medizin ist die Unterspritzung mit sogenannten Fillern. Sie glätten Falten, korrigieren zu schmale oder asymmetrische Lippenformen sowie tiefe Narben, bauen das Wangenvolumen beziehungsweise das Jochbein wieder auf, helfen bei Augenringen oder bei der Verjüngung des Handrückens. Es gibt unterschiedliche Filler, die der Arzt anwenden kann.

Für das sogenannte Lipo-Filling wird eigenes Körpergewebe für die Faltenunterspritzung oder Aufpolsterung benutzt. Das Eigenfett wird an einer unauffälligen Körperstelle (zum Beispiel Bauch, Oberschenkel oder Po) entnommen und gereinigt. Die daraus gewonnenen Fettzellen mit ihrem Anteil an Stammzellen spritzt der Arzt dann in die zu behandelnden Körperstellen. Die Vorteile einer Eigenfett-Behandlung liegen auf der Hand: Allergische Reaktionen oder eine Abstoßung des Füllmaterials sind ausgeschlossen. Darüber hinaus sind langfristige Ergebnisse möglich, da die injizierten Fettzellen in das umgebende Gewebe aufgenommen werden.

Anstatt eines Lipo-Fillings ist auch die Behandlung mit Hyaluronsäure möglich, die ebenfalls Bestandteil des menschlichen Bindegewebes ist. Nach sechs bis 15 Monaten – abhängig von der Intensität und Menge des Füllmaterials – muss die Behandlung wiederholt werden.

Mit der Poly-L-Milchsäure werden Falten um Mund und Nase sowie Narben behandelt. Auch können mit ihr das Kinn konturiert und Wangen sowie Jochbein wiederaufgebaut werden. Beim Liquid-Lifting festigt sie die untere Gesichtshälfte und verleiht mehr Elastizität. Durch den Abbau der Milchsäure entstehen Kohlendioxid und Wasser, die der Körper sehr gut aufnimmt. Polymilchsäure wird deshalb unter anderem zur Herstellung selbstauflösender Fäden und von Knochenimplantaten genutzt. In der Ästhetischen Medizin kommt sie vor allem wegen ihrer Fähigkeit, die Kollagenbildung stark anzuregen, zum Einsatz. Im Durchschnitt sind zwei bis drei Poly-L-Milchsäure-Behandlungen im Abstand von mindestens acht Wochen notwendig.



Ungefähr vier Wochen nach der Behandlung beginnt die Kollagenbildung und kann bis zu zwei Jahre anhalten.

Ein weiterer Filler ist das Mineral Hydroxylapatit, aus dem zu 50 Prozent der menschliche Knochen besteht. Es wird zur Unterspritzung tiefer Falten, als Zahnimplantat und zum Wangen- oder Jochbeinaufbau verwendet.

Bei der Nutzung von Fillern kann es zu Asymmetrien oder einer Über- beziehungsweise Unterkorrektur von Falten kommen. Deshalb ist es wichtig, eine entsprechende Behandlung nur von einem Facharzt für Ästhetische und Plastische Chirurgie durchführen zu lassen. Dies senkt das Risiko unerwünschter Folgen erheblich.

Untersuchungen haben gezeigt, dass injiziertes Eigenfett vom Körper sehr gut angenommen wird. Bei einer Behandlung mit Hyaluronsäure, Poly-L-Milchsäure oder Hydroxylapatit kann es vereinzelt zu Verklumpungen oder Wanderung des Füllmaterials, Hautausschlag, leichten Schwellungen oder Rötungen, vorübergehendes Taubheitsgefühl sowie zu einer Antikörperbildung gegen das Füllmaterial kommen.

Kleine Korrekturen mit dem Laser

Durch eine Laserbehandlung entfernt der Arzt kleine Hautanomalien wie beispielsweise Altersflecken, kleine Äderchen oder Narben. Die moderne Lasertechnologie ermöglicht auch das dauerhafte Entfernen von Haaren oder mittlerweile unerwünschten Tätowierungen. In der Regel verläuft eine Laserbehandlung komplikationslos. In einigen Fällen kommt es für eine kurze Dauer zu einer Schwellung oder Rötung der behandelten Hautstelle. Äußerst selten kommt es zur Bildung kleiner Narben.

Hautverjüngung und glatte Haut

Neben der Nutzung von Hyaluronsäure zur Biorevitalisierung bestehen weitere Möglichkeiten, die Haut jünger aussehen zu lassen. So beseitigt die IPL-Photorejuvenation Hautverfärbungen und sorgt für einen besseren Teint. Bei der Dermabrasion schleift der Arzt die Haut ab, um



unter anderem starke Verhornung, Narben oder oberflächliche Tätowierungen zu entfernen. Ein Peeling, beispielsweise mit Fruchtsäure, eignet sich bestens gegen Akne. Lichtbedingte Pigmentflecken und Hautunreinheiten verschwinden nach einer Behandlung mit einer hochprozentigen Glycolsäure. Diese natürliche Fruchtsäure löst die auf der Hautoberfläche liegenden Hautzellschichten ab und regt die Zellerneuerung der Epidermis, der oberen Hautschicht, an.

Zu den Behandlungsformen gegen Cellulite gehören unter anderem die Mesotherapie und der VelaSmooth Pro. Bei der Mesotherapie spritzt der Arzt zum Beispiel eine Mischung aus Hyaluronsäure, Vitaminen und Spurenelementen in die mittlere Hautschicht („Meso“) deformierter Hautbereiche und verringert so dauerhaft und schonend Fettdepots und Dellenbildung. Die Behandlungen erfolgen zunächst 14-tägig, dann monatlich und zuletzt alle drei bzw. sechs Monate. Mit dem VelaSmooth Pro, einem innovativen Gerät zur schmerzfreien Reduktion von Cellulite und Fettpölsterchen, festigt und glättet der Arzt die Haut. Nachdem die oberen Hautschichten mit Infrarotlicht erwärmt sind, dringen die Radiofrequenzen zirka 15 Millimeter in die Tiefe ein. Das pulsierende Vakuum fördert den Abtransport von eingelagerter Flüssigkeit. Nach maximal 15 Sitzungen im wöchentlichen Rhythmus erzielt der Arzt beste Ergebnisse. Eine monatliche Behandlung hält dann die Cellulite weiterhin im Rahmen.

Ästhetische Medizin für mehr Harmonie

All diese Eingriffe haben nicht das Ziel, den Körper nach eigenem Gutdünken zu verändern. „Viele ästhetische Eingriffe finden nur aus einem Grund statt: Sie sollen das aus der Balance geratene Gleichgewicht zwischen Körper und Seele wiederherstellen“, weiß Prof. Dr. Günter Germann. „Dabei muss der Arzt den Patienten ganzheitlich und individuell sehen, denn unsere Arbeit löst nicht per se jedes Problem. Wir haben die Verantwortung, aufzuklären oder auch abzuraten, wenn ein Wunsch überzogen oder nicht die Ursache eines seelischen Leidens ist.“