



# Forever Young!?

Schön sein und es mit Hilfe des Dermatologen auch bleiben – ein Angebot, das Wünsche weckt. **BEAUTYtalk hat für Sie hinter die Kulissen geblickt** und die wichtigsten News und Informationen zusammengetragen

von DANIELA JAMBREK

**W**er sich jemals historisch mit dem Thema Schönheit beschäftigt hat, weiß, dass jedes herrschende Ideal relativ ist – und schon nach kurzer Zeit einer neuen Idee des perfekten Aussehens weichen wird. Wer dazu mit sich und seinem Leben im

Reinen ist, ahnt, dass Schönheit von innen kommen sollte und selbstverständlich im Auge des Betrachters liegt. Was aber, wenn der Anblick des eigenen Spiegelbilds trotz aller Vernunft und Aufgeklärtheit regelmäßig Unbehagen auslöst, und man einfach nicht damit einverstanden ist, dass das alternde Äußere so gar nicht zur junggebliebenen inneren Einstellung passen will? „Es geht den meisten nicht darum, verändert auszusehen,“ weiß Dr. Jan Nebendahl, Leiter des Zentrums für Ästhetische Dermatologie, Plastische Chirurgie und Lasermedizin am Dermatologikum Hamburg. „Es ist einfach so, dass viele sich deutlich jünger fühlen, als ihr äußeres Erscheinungsbild Ihnen vorgibt,“ erklärt der Experte den Wunsch derer, die ihn und seine Kollegen aufsuchen, um sich ihrer verblühenden Wunschoptik mit so genannten „minimalinvasiven Eingriffen“ wie Fillern oder Botox und tiefenwirkenden High-Tech-Treatments wieder zu nähern.

Für viele ist der regelmäßige Botox-Piks oder das Auffüllen feiner Fältchen mit Hyaluronsäure zur festen Beauty-Routine geworden, die wie der Gang zum Zahnarzt oder zum Friseur einen festen

Platz im Kalender hat. Da es aufgrund der geringen Nebenwirkungen keine „Downtime“ – also Wartezeit, bis man wieder Alltagstauglich ist – gibt, passt der Schönheitstermin sogar optimal in die Mittagspause. Ist diese Entwicklung ausschließlich positiv, oder sollte das Verschwimmen der Grenze zwischen Kosmetik und

»Immer Mehr Menschen integrieren den regelmäßigen Besuch beim Dermatologen in ihr Lifestyle-Konzept«

Prof. Dr. Volker Steinkraus

Medizin auch nachdenklich machen? „Das ist eine Definitionsfrage,“ findet Dr. Nebendahl. „Es gibt Befürworter und solche, die das Thema aggressiv macht,“ erklärt er. „Wichtig ist, dass jeder frei entscheiden kann, was und wie viel er für sein Aussehen unternimmt.“ Im Dermatologikum geht man das Thema ganzheitlich an: „Wir bieten eine Sequentielle Therapie,“ erklärt Prof. Volker Steinkraus, Leiter des Instituts. „Dabei spielen der Lebensstil – wie viel raucht oder schläft jemand, wie ernährt er sich etc. und die Pharmakotherapie, also Vitamine und Nahrungsergänzungsmittel, ebenso

große Rollen, wie die Möglichkeiten der Ästhetische Dermatologie.“ Womit die Schönheit wieder von innen käme – gekonnt unterstützt von den Errungenschaften unserer Zeit.



Demi Moore macht kein Geheimnis um Ihren Schönheits-Wahn, Julianne Moore geht das Thema eher dezent an...

Es bleibt spannend: Immer neue Methoden mit immer geringeren Risiken bieten Möglichkeiten zum sensiblen Feintuning des eigenen Gesichts



## 4 Frottox / Coldtox

**Diese Anti-Aging-Behandlung** ist eine toxischfreie Alternative zu Botox. Durch hauchfeine Nadeln wird ein Kühlmittel an den Nerv gebracht, das diesen auf minus 70 Grad herunterkühlt. Der Körper reagiert auf den Kältereiz, indem er die Muskeln an der behandelten Fläche entspannt. „Mit der **Kältetherapie lassen sich speziell die dynamischen Falten auf der Stirn glätten**,“ erklärt Dr. Afschin Fatemi, Leiter der S-thetic Clinic in Düsseldorf. „Für statische Falten, die auch im entspannten Zustand sichtbar sind, eignet sich die Methode nicht,“ fügt der Facharzt für Dermatologie hinzu. Der Vorteil: es bleibt immer eine Restbewegung übrig – so genannte „Frozen Faces“ können nicht entstehen. Die Injektion dauert nur wenige Minuten, das Resultat ist sofort sichtbar und **hält vier bis sechs Monate an**. „Die Behandlung ist äußerst risikoarm: sehr selten kommt es zu leichten Kopfschmerzen oder Schwellungen,“ weiß Fatemi.

## 5 Laser und Kaltlaser

**Die Lasertherapie zählt zu den gefragtesten** und modernsten Behandlungen in der Dermatologischen Praxis. „Es gibt eine riesige Weiterentwicklung in der Lasermedizin,“ weiß Dr. Jan Nebendahl. „Wir können damit einen grobporigen Teint deutlich verfeinern, und die Collagen-Neubildung so anregen, dass die Haut sichtbar dicker und straffer wird – das war vor fünf Jahren noch nicht möglich,“ erklärt er begeistert. Zur reinen Erfrischung des Teints und Linderung feiner Linien wird per Kaltlaser Hyaluronsäure in die Haut geschleust und vernetzt. Die neueste Generation Lichtblitze liefert der **Picosekundenlaser**: er gibt ultrakurze Energie-Impulse an die Haut ab, die eine fotomechanische Wirkung auf Pigmentflecken entfalten und diese verschwinden lassen, ohne das umliegende Gewebe zu beeinträchtigen. „Das gefürchtete Narbenrisiko ist dadurch deutlich reduziert,“ weiß Dr. Stefan Duvem vom Haut und Laserzentrum in München.

## 6 Ultherapie

**Gegen die Schwerkraft** konnten bisher nur Skalpellen oder hoch invasive Laser arbeiten: Zeitzeichen wie hängende Augenlider, Hamsterbäckchen, Doppelkinn oder ein alternder Hals konnten nur im Tausch gegen OP-Risiken, Narben, Rötungen oder Schwellungen eliminiert werden. Heute schafft die Kombination aus einem **hochfokussierten und einem optischen Ultraschall** beinahe Nebenwirkungsfreie Abhilfe. Hierbei werden gebündelte Schallwellen bis zu vier Millimeter tief in die Dermis gebracht, wo das Bindegewebe auf bis zu 70 Grad erhitzt wird. Die Thermowirkung löst neben dem sofort sichtbaren Straffungseffekt eine nachhaltige Stimulation der Kollagen- und Elastinproduktion an. Ein endgültiges Ergebnis zeigt sich nach ca. 180 Tagen. Das Tolle: In der Regel genügt eine Behandlung, um die gewünschten Effekte zu erzielen. Man ist danach sofort einsatzbereit, als einzige Nebenwirkung können leichte Rötungen auftreten.

# 6 Wege zum Traumteint – fast ohne Nebenwirkungen

Hier ein Fältchen ausgleichen, dort unschöne Pigmentstörungen verschwinden lassen – die Ästhetische Dermatologie macht vieles möglich. BEAUTYtalk weiß, welche Therapie was verspricht

### 1 Botulinumtoxin

**Botox – Liebling der Ästhetischen Dermatologie** – war zu Beginn seiner Karriere verantwortlich für die starr gespritzten Gesichter, die Hollywood zur Freakshow machten. Inzwischen wird das Nervengift, das extrem verdünnt in die Gesichtsmuskeln gespritzt wird, um deren faltenverursachende Tätigkeit zu lähmen, sensibler und gezielter eingesetzt – für sanfte Korrekturen im **Stirn- und Augenbereich** etwa, oder zum Anheben der Brauenbögen.



Man munkelt, George Clooney habe sich mit Hyaluronsäure für sein Ja-Wort glätten lassen

### 2 Hyaluronsäure

**Die körpereigene Substanz** dient der Haut als Feuchtigkeitsspeicher und ist verantwortlich für die Spannkraft und jugendlichkeit des Teints. Mit dem Alter werden verlangsamt sich die Eigenproduktion des Frischegaranten – die Haut verliert an Elastizität und Strahlkraft, Falten entstehen. Injektionen mit biosynthetisch hergestellter **Hyaluronsäure können diese Speicher wieder auffüllen** – und zwar gezielt und in gewünschter Konsistenz: dickflüssige Säure gleicht tiefe Nasolabialfalten zwischen Nasenflügeln und Mundwinkeln aus, die flüssigere Version lässt feine Linien, zum Beispiel in der Lippenregion, sanft verschwinden. Haltbarkeit: je nach Stoffwechselaktivität bis zu zwölf Monate.

### 3 Fadenlifting

**Noch vor wenigen Jahren** war diese Methode für ihre unschönen Folgen bekannt. Heute erzielen die – von Profis fachmännisch eingesetzten! – sterilen Fäden tolle Effekte. Eigentlich für die Chirurgie zum Vernähen tiefer Wunden entwickelt, werden **die mit winzigen Widerhaken ausgestatteten Fäden** unter die Haut gebracht und so gespannt, dass sie überflüssiges Gewebe innerhalb des Gesichts verschieben. Dabei werden Falten ausgeglichen und während der folgenden Tage ganz eliminiert. Der selbstauflösende Faden regt zusätzlich die Collagen-Neuproduktion in der Haut an – wenn er nach circa zwei Jahren seinen Dienst quittiert, bleibt ein schönerer Teint als vor der Behandlung.

»Wir haben zur Zeit eine Phase, in der weniger mehr ist – niemand will verändert aussehen, es geht eher darum, frisch zu wirken«

Dr. Jan Nebendahl



Das geht unter die Haut: laut einer Online-Umfrage würden 11% der befragten Frauen für ein jüngeres Aussehen auf regelmäßige Urlaube oder Sex verzichten

FOTOS: RIGANEN ONIRIDE UNTODNENT UNDENDE

## Mein persönlicher Tipp für Sie!

**Neueste Technik – oder lieber sicher?**  
Ihre BEAUTYtalk-Expertin über **Trends und Nebenwirkungen** beim Dermatologen

**Empfehlen Sie, auf aktuelle Trends zu setzen, oder vertrauen Sie lieber bewährten Methoden?**

Es kommen immer wieder neue Methoden auf den Markt, an die man sich – nach guter Beratung – auch herantrauen kann. Wer allerdings mit einer Behandlung seit langem wunderbar zurecht kommt, sollte nicht zwangsläufig wechseln.

**Wie sieht es mit Risiken und Nebenwirkungen aus?**  
Es gibt bis heute keine Behandlung ohne Nebenwirkungen – zunehmende Erfahrung und die konstante Weiterentwicklung der einzelnen Methoden konnten die vorhandenen Risiken aber stark minimieren. Am wichtigsten ist es nach wie vor, sich einem erfahrenen Arzt anzuvertrauen.

Die besten Adressen zum Thema Ästhetische Dermatologie unter [www.beautytalk.de](http://www.beautytalk.de)